ВКУСНО ▪ КРАСИВО ▪ УДОБНО

# СЛОЕНЫЕ САЛАТЫ

ДЛЯ ПРАЗДНИЧНОГО СТОЛА
ДЛЯ СЕМЕЙНОГО УЖИНА
НА ПИКНИК • НА РАБОТУ

КЛУБ СЕМЕЙНОГО ДОСУГА

SHOUT
SHARE
IT

# Annotation

Хотите, чтобы ваш салат из самых простых продуктов выглядел стильно, как в лучшем ресторане? Более 75 проверенных рецептов слоеных салатов украсят стол для торжества и сделают праздничным простой семейный ужин, станут полезным и сытным витаминным перекусом на пикнике или в офисе. Укладывание ингредиентов аккуратными слоями, без перемешивания, позволит сохранить свежесть и сочность овощей, фруктов и зелени, а заправки из майонеза, сметанно-лимонного соуса или йогурта, растительного масла с лимонным соком и соевым соусом или горчицей подчеркнут их вкус.


- Александра Черкашина
  - 
  - От автора
  - «Магнолия»
  - «Испания»
  - «Крабовые полоски»
  - «Январский»
  - «Разноцветные краски»
  - «Палермо»
  - «Белое море»
  - «Английский»
  - «Нептун»
  - «Елена»
  - «Идиллия»
  - «Капитан»
  - «Оригинальный»
  - «Торжество»
  - «Экзотик»
  - Салат с печенью и яблоком
  - Салат с печенью и апельсином
  - «Романеско»
  - «Гриль»
  - «Арсен»
  - Сельдь под шубой по-королевски
  - Салат с сельдью и авокадо
  - «Империал»
  - «Весна»
  - Салат с гречневой крупой и брюшками лосося
  - «Азия»
  - Праздничный винегрет

- ○ Салат с тунцом и фасолью
- ○ «Гурман»
- ○ «Стамбул»
- ○ «Дамский каприз»
- ○ «Мимоза» по-домашнему
- ○ «Осенний»
- ○ «Принц»
- ○ «Сицилия»
- ○ Американский салат
- ○ «Здоровый перекус»
- ○ Салат с копченой скумбрией и морковью
- ○ Овощной салат с курицей
- ○ Шопский салат в банке
- ○ Салат с фасолью и сыром
- ○ «Рыбки в пруду»
- ○ «Роза»
- ○ «Подкова»
- ○ «Светофор»
- ○ Тыквенный салат с брынзой
- ○ Салат с цукини и креветками
- ○ «Креольский»
- ○ Куриный салат с арахисом
- ○ Салат с крыжовником и горбушей
- ○ «Виртуоз»
- ○ Салат с печеным перцем и вешенками
- ○ «Грибная поляна»
- ○ Грибы под шубой
- ○ «Дела сердечные»
- ○ «Маргарита»
- ○ «Наполеон»
- ○ Немецкий картофельный салат
- ○ Оранжевый салат
- ○ «Принцесса»
- ○ «Просто и вкусно»
- ○ Салат с блинчиками
- ○ Салат с креветками и персиками
- ○ Салат с печенью и виноградом
- ○ Сырный салат с облепихой
- ○ «Филадельфия»
- ○ «Элегия»
- ○ Яркий овощной салат
- ○ «Феликс»
- ○ «Астра»
- ○ «Рыжик»

- ○ Салат с брюссельской капустой
- ○ «Сказка»
- ○ Салат с бастурмой
- ○ «Джоджо»

# Александра Черкашина
# Слоеные салаты

© Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», издание на русском языке, 2017

© Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», художественное оформление, 2017

© ООО «Книжный клуб “Клуб семейного досуга”», г. Белгород, 2017

# От автора

Удивить гостей и разнообразить меню своей семьи – вот главная задача хорошей хозяйки. А потому на столе такой хозяйки всегда присутствуют салаты – мясные, овощные, рыбные. Вкус одних из них знаком им с детства, рецепты других они узнали в гостях у друзей или в ресторане, третьи стали воплощением их собственной кулинарной фантазии. Неизменно одно – желание не только приготовить вкусное и полезное блюдо, но и подать его как можно эффектнее.

Слоеные салаты – последнее веяние кулинарной моды. От обычных их отличает то, что ингредиенты в них не смешиваются, а выкладываются слоями. Такие блюда выглядят намного более нарядными и аппетитными и являются настоящим украшением стола. В подобный салат можно даже вставить свечи для именинника – наверняка многие мужчины предпочтут ароматный салат с мясом и хрустящим соленым огурчиком банальному торту.

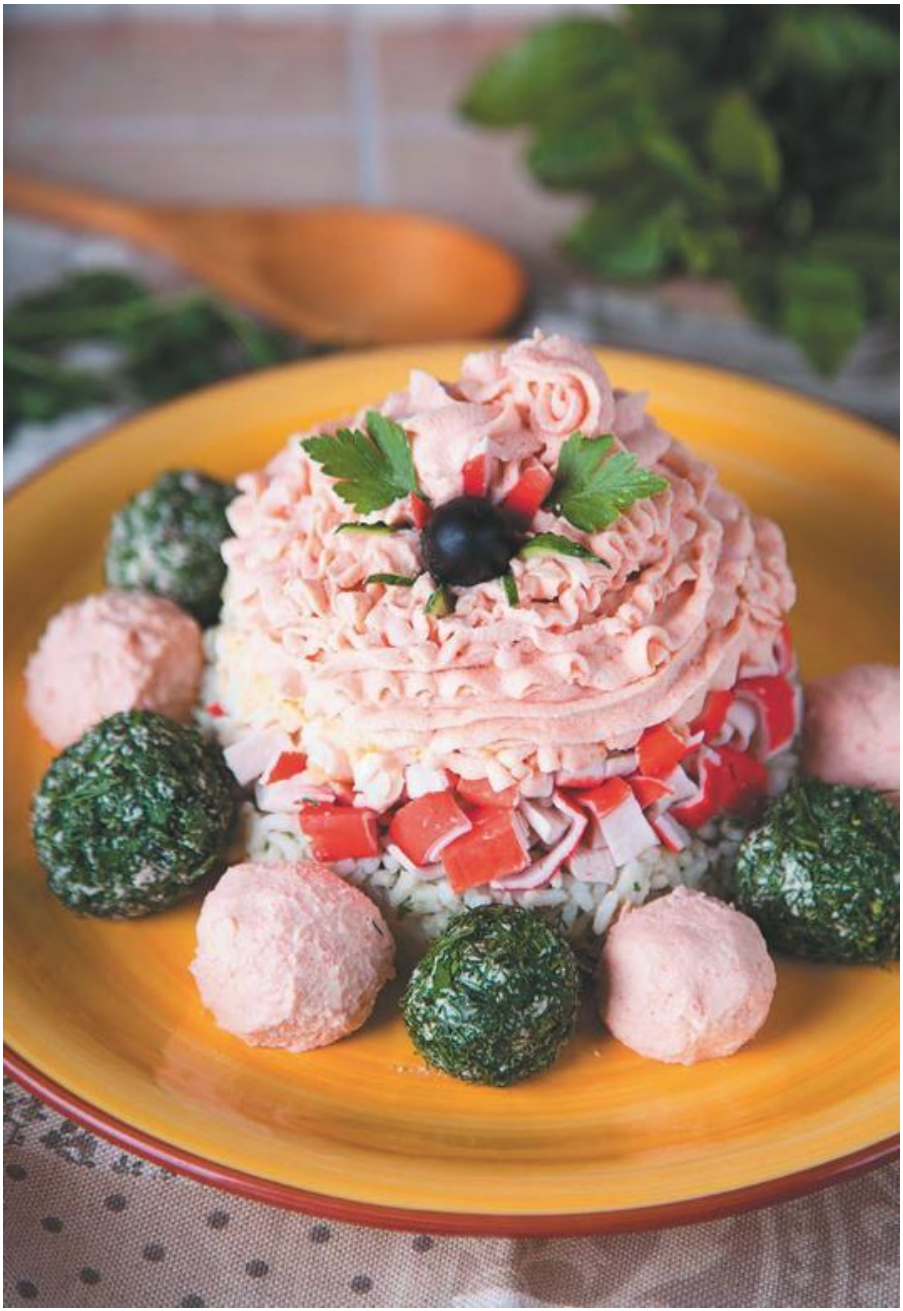
Слоеные салаты нравятся и детям. Ведь даже самые простые и невкусные, по мнению ребенка, овощи заиграют новыми красками, если выложить их разноцветными слоями и эффектно украсить.

Слоеный салат можно подавать на большом блюде, а можно – как порционную закуску, что делает его незаменимым для фуршетов и пикников. Для сервировки такого салата можно использовать любую посуду – это может быть и керамическое блюдце, и стеклянная креманка, и обычный стакан. Если вы готовите салат для романтического вечера, можно подать его в бокале, подчеркнув изысканность вечера. А на дружеской вечеринке можно приготовить салат в порционных банках, это самая модная форма подачи в ресторанах всего мира. Кстати, в такой банке очень удобно брать салат как перекус на работу. Представьте, насколько это интереснее, чем банальная еда в пластиковом судке!

Что делает слоеные салаты по-настоящему незаменимыми? Это гармоничное сочетание ингредиентов по цветам и сочности. Внешний вид блюда очень важен, поэтому в лучших рецептах слоеных салатов белки яиц, сыр, куриное филе и другие светлые ингредиенты сочетаются с темно-бордовой свеклой, маслинами, черносливом, неброские авокадо, шампиньоны, огурцы – с яркими помидорами, лососем, сладким перцем. Обычно нижний слой салата состоит из продуктов, которые больше нуждаются в пропитке соусом, – это, например, отварное мясо, картофель или

рис. Середину составляют сочные продукты и соус. А верхушку делают из ингредиентов, которым не нужна лишняя влага, – орехов, сухариков, чипсов, или же из продуктов с самой красивой и интересной фактурой. Так, украсить салат можно снежной шапочкой из тертого белка, капустой романеско, похожей на необычный цветок, яркой облепихой…

# «Магнолия»



**Ингредиенты**

- *120 г риса*
- *200 г крабовых палочек*
- *4 яйца*
- *150 г огурцов*
- *20 г петрушки*
- *100 мл майонеза*
- *1 ст. л. растительного масла*

**Подготовка продуктов**

1. Рис промыть проточной водой, залить водой в пропорции 1: 2, поставить на огонь и варить до готовности.
2. Яйца отварить, залить холодной водой и очистить.
3. Половину крабовых палочек, 2 яйца и огурцы нарезать некрупными кубиками.
4. Зелень измельчить (можно использовать для этого кухонный комбайн или блендер).
5. Оставшиеся крабовые палочки и яйца измельчить в кухонном комбайне или с помощью блендера, заправить небольшим количеством майонеза. Смесь должна быть густой и плотной.

**Приготовление**

1. Крупную глубокую миску смазать растительным маслом.
2. На дно выложить ровным слоем нарезанные огурцы, сверху сделать сеточку из майонеза.
3. Сделать то же самое с яйцами и крабовыми палочками.
4. Последний слой – рис с зеленью (часть зелени отложить), сделать его достаточно плотным. Это будет основа готового салата.
5. Убрать миску с продуктами в холодильник на 10–15 минут. Охлажденный салат перевернуть на блюдо, на котором он будет подаваться.
6. Выложить смесь из яиц и крабовых палочек в кулинарный мешок и покрыть ею верхний слой салата, это не даст ему рассыпаться после подачи. Из оставшейся смеси скатать шарики, половину из которых обвалять в оставшейся зелени. Выложить шарики в основание салата. Теперь его можно подавать к столу.

Полезный совет
Не стоит перегружать салат майонезом, его должно

хватать, чтобы склеить слои продуктов. Яично-крабовая паста сделает вкус достаточно насыщенным.

# «Испания»

**Ингредиенты**

- *250 г помидоров*
- *200 г крабовых палочек*
- *300 г консервированной кукурузы*
- *4 ломтика батона или хлеба для тостов*
- *30 г укропа*
- *1 зубчик чеснока*
- *¼ лимона*
- *170 мл йогурта или нежирной сметаны*

**Подготовка продуктов**

1. Помидоры вымыть, нарезать их кубиками и выложить на сито, чтобы стек лишний сок. Крабовые палочки нарезать кубиками. Кукурузу открыть, слить жидкость из банки.
2. Хлеб или батон нарезать кубиками и подсушить на сухой сковороде, можно слегка посолить.
3. Чеснок и укроп измельчить в кухонном процессоре или мелко нарезать, натереть цедру лимона, выдавить лимонный сок, добавить в смесь йогурт или сметану и хорошенько перемешать.

**Приготовление**

1. Подготовленные помидоры заправить 2 ст. л. соуса, выложить на дно порционных стаканов.
2. Сверху добавить нарезанные крабовые палочки, затем кукурузу, к каждому слою добавляя по 1 ст. л. соуса.
3. Завершить приготовление салата, украсив его сверху сухариками и зеленью.

Полезный совет

Если йогурт кисловат, количество лимонного сока лучше уменьшить.

# «Крабовые полоски»

**Ингредиенты**

- *4 яйца*
- *200 г огурцов*
- *150 г крабовых палочек*
- *100 г сыра*
- *50 мл майонеза*
- *Соль по вкусу*

**Подготовка продуктов**

1. Яйца отварить вкрутую и поместить их под холодную воду. Очистив, разрезать каждое вдоль на тонкие, длинные полоски.
2. Огурцы вымыть и нарезать их так же, как яйца.
3. Крабовые палочки нарезать полосками.
4. Сыр натереть на крупной терке.

**Приготовление**

1. На дно пиалы выложить огурцы, посолить.
2. Следующим слоем выложить крабовые палочки, смазать майонезом.
3. Сверху выложить нарезанное яйцо и еще один слой майонеза. Посыпать салат тертым сыром, при желании украсить зеленью.

Полезный совет

Для пикантности в этот салат можно добавить маринованный лук или зеленые оливки.

# «Январский»

**Ингредиенты**

- *250 г картофеля*
- *150 г грибов*
- *150 г нежирной ветчины*
- *200 г огурцов*
- *4 яйца*
- *100 мл майонеза*
- *10 г укропа*
- *2 ст. л. растительного масла*
- *Соль по вкусу*

**Подготовка продуктов**

1. Картофель отварить в мундире до готовности и остудить. После этого натереть на крупной терке и немного посолить.

2. Грибы нарезать на 4–6 частей в зависимости от размера. На большом огне разогреть масло и обжарить грибы до золотистого цвета. Выложить на салфетку, чтобы впитался лишний жир. Один кусочек отложить для украшения.

3. Ветчину и огурцы нарезать полосками.

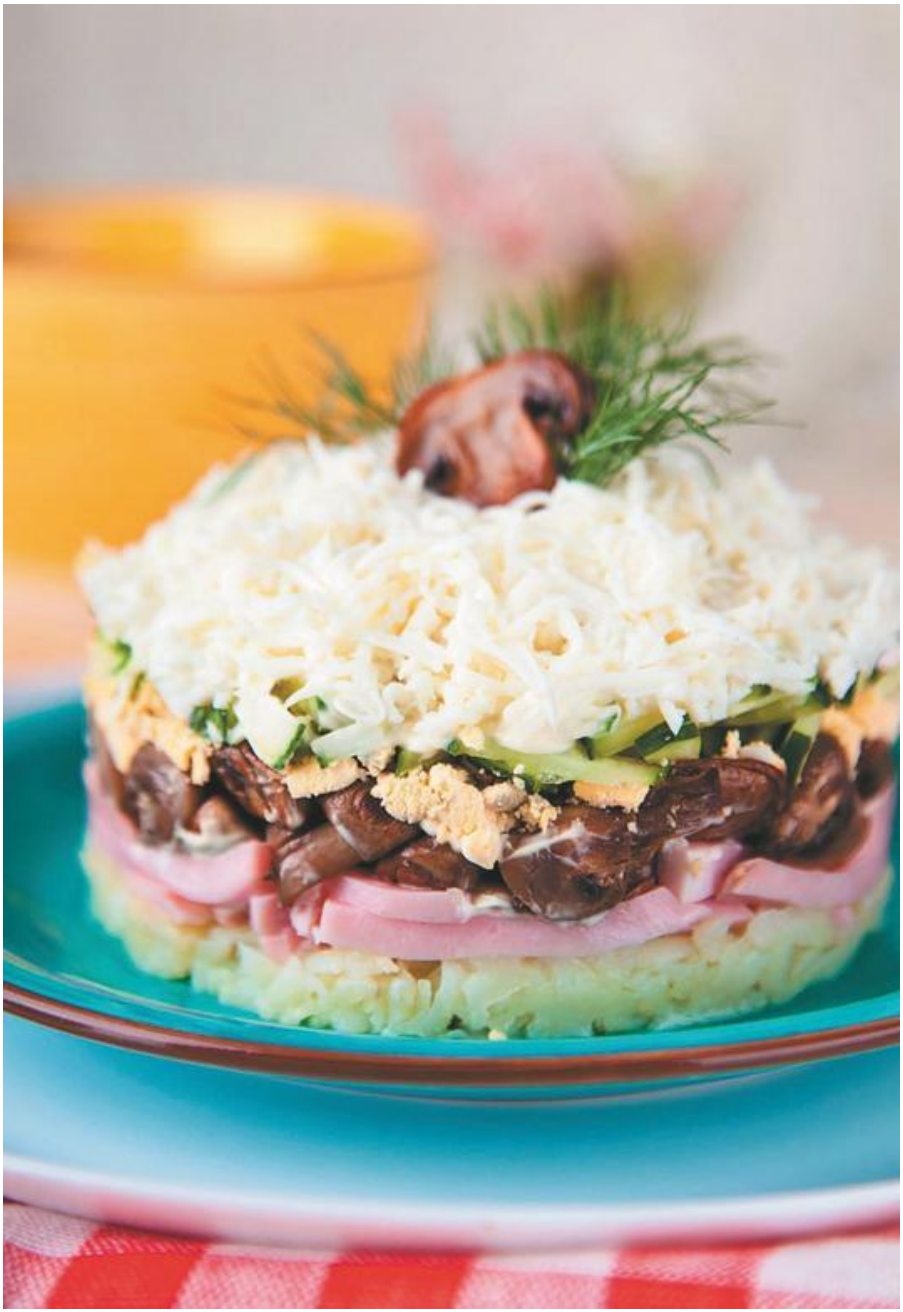
4. Яйца отварить вкрутую. Остудить, очистить и разделить на белки и желтки.

**Приготовление**

1. На блюдо для подачи установить кулинарную форму, предварительно смазанную растительным маслом. Это может быть как одна большая тарелка, так и несколько порционных. Первый слой – натертый картофель. Аккуратно выложить его на дно формы, не придавливая и стараясь сохранить пышность. Сверху сделать сеточку из майонеза.

2. Следующий слой – ветчина, затем – грибы, покрыть каждый слой майонезной сеточкой. Далее выложить желток – натереть его прямо в форму, это сделает салат пышнее и аппетитнее. На него уложить полоски огурца, их также покрыть майонезом.

3. Завершить сборку салата, натерев сверху яичные белки. Поместить блюдо в холодильник примерно на 15 минут, после чего аккуратно снять кулинарную форму и украсить зеленью укропа и кусочком гриба.



# «Разноцветные краски»

**Ингредиенты**

- *350 г свеклы*
- *300 г моркови*
- *250 г творожного сыра или феты*
- *50 г укропа*
- *2 зубчика чеснока*
- *70 г фундука*
- *100 мл сметаны*
- *Соль по вкусу*

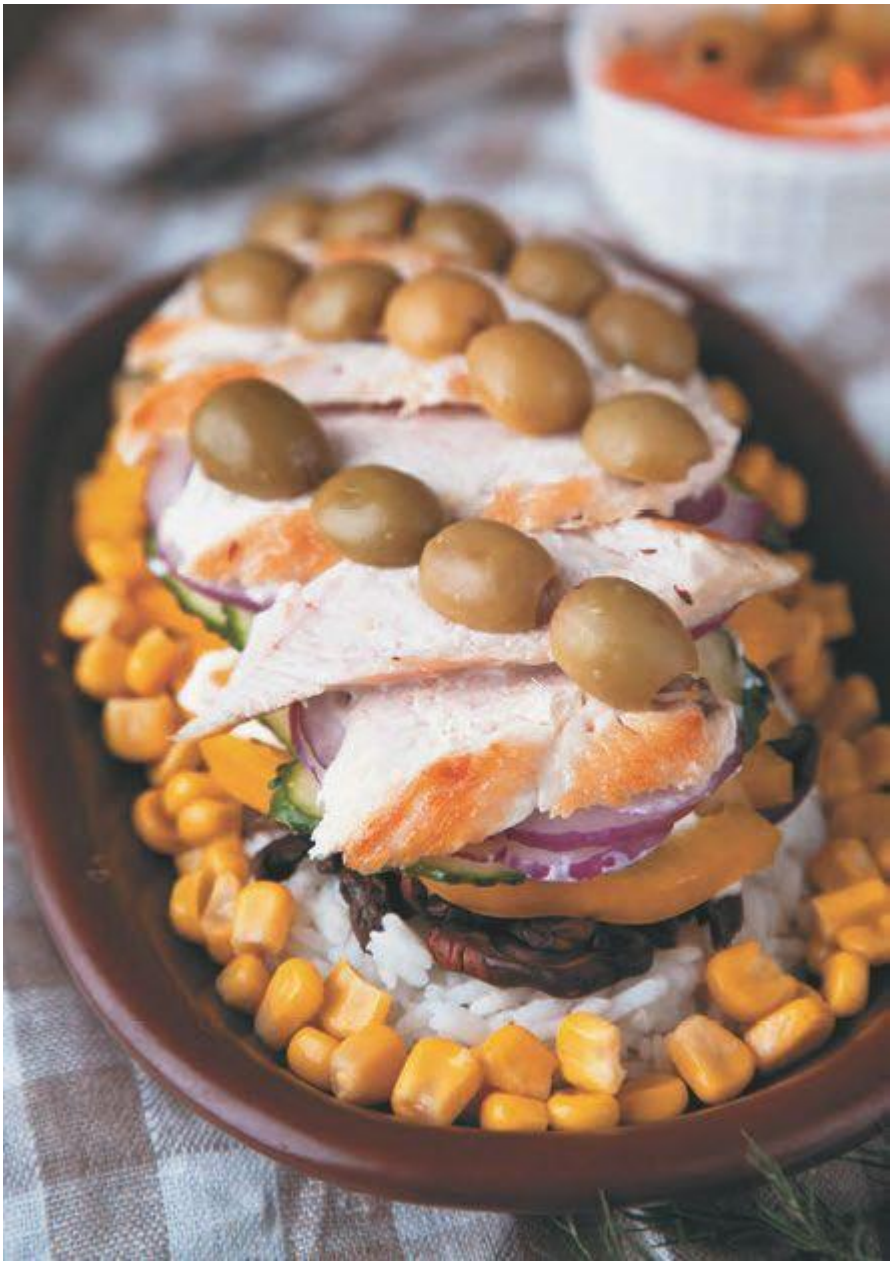
**Подготовка продуктов**

1. Свеклу и морковь вымыть, запечь в духовке до готовности и очистить. Овощи по отдельности натереть на терке, посолить и заправить сметаной.
2. Укроп и чеснок измельчить в кухонном комбайне. Добавить сыр и приготовить однородную пасту.
3. Фундук нарубить ножом.

**Приготовление**

1. На блюдо для подачи установить кулинарную форму в виде сердца. На дно выложить ровный слой моркови со сметаной.
2. Следующим добавить слой сырной пасты. На него – ровный слой свеклы и снова сыр с укропом и чесноком.
3. Уплотнить салат и поместить в холодильник на 15–20 минут. После этого снять форму и посыпать салат рублеными орехами.

# «Палермо»



**Ингредиенты**

• *400 г куриного филе*

- *120 г риса*
- *100 г грибов*
- *150 г сладкого перца*
- *150 г огурцов*
- *100 г ялтинского лука*
- *120 г зеленых оливок*
- *150 г консервированной кукурузы*
- *1 ст. л. неострой горчицы*
- *Сок 1 лимона*
- *Оливковое масло*
- *Соль по вкусу*

**Подготовка продуктов**

1. Рис отварить в подсоленной воде. Оставить остывать.
2. Приготовить смесь из 5 ст. л. оливкового масла, 1 ст. л. горчицы, сока ½ лимона.
3. Куриное филе замариновать на 30–40 минут в 1/3 приготовленного соуса. Обжарить филе на хорошо разогретой сковороде с двух сторон до золотистой корочки. Довести до готовности в духовке в течение 7—10 минут в зависимости от толщины куска. Остудить и нарезать пластинками.
4. Перец, огурцы, лук нарезать тонкими полукольцами, лук сбрызнуть лимонным соком.
5. Грибы нарезать пластинками, обжарить на оливковом масле на очень горячей сковороде по 2 минуты с каждой стороны.

**Приготовление**

1. На блюдо выложить слой риса, слегка полить соусом.
2. Сверху поместить грибы, на них перец, огурцы, лук и плоские кусочки филе, смазывая каждый слой соусом.
3. Сверху украсить салат половинками оливок, а по краю – консервированной кукурузой.

# «Белое море»

**Ингредиенты**

- *200 г замороженных осьминогов*
- *4 яйца*
- *150 г брынзы*
- *250 г консервированной кукурузы*
- *70 г твердого сыра*
- *50 г рукколы*
- *70 мл майонеза*
- *2 ст. л. оливкового масла*
- *2 ст. л. винного уксуса*
- *1 зубчик чеснока*
- *1 ч. л. сахара*
- *1 веточка мяты*

**Подготовка продуктов**

1. Осьминогов разморозить и промыть под проточной водой. Выложить на дуршлаг и дать стечь воде.

2. Пропустить через пресс в чашку зубчик чеснока, добавить сахар, уксус и оливковое масло, перемешать до однородности. Замариновать осьминогов в этой смеси на 20 минут. Далее обжарить их на горячей сковороде, после чего остудить.

3. Яйца отварить вкрутую и очистить. Брынзу и яйца нарезать кубиками.

4. Сыр натереть на мелкой терке.

5. Кукурузу открыть, слить воду.

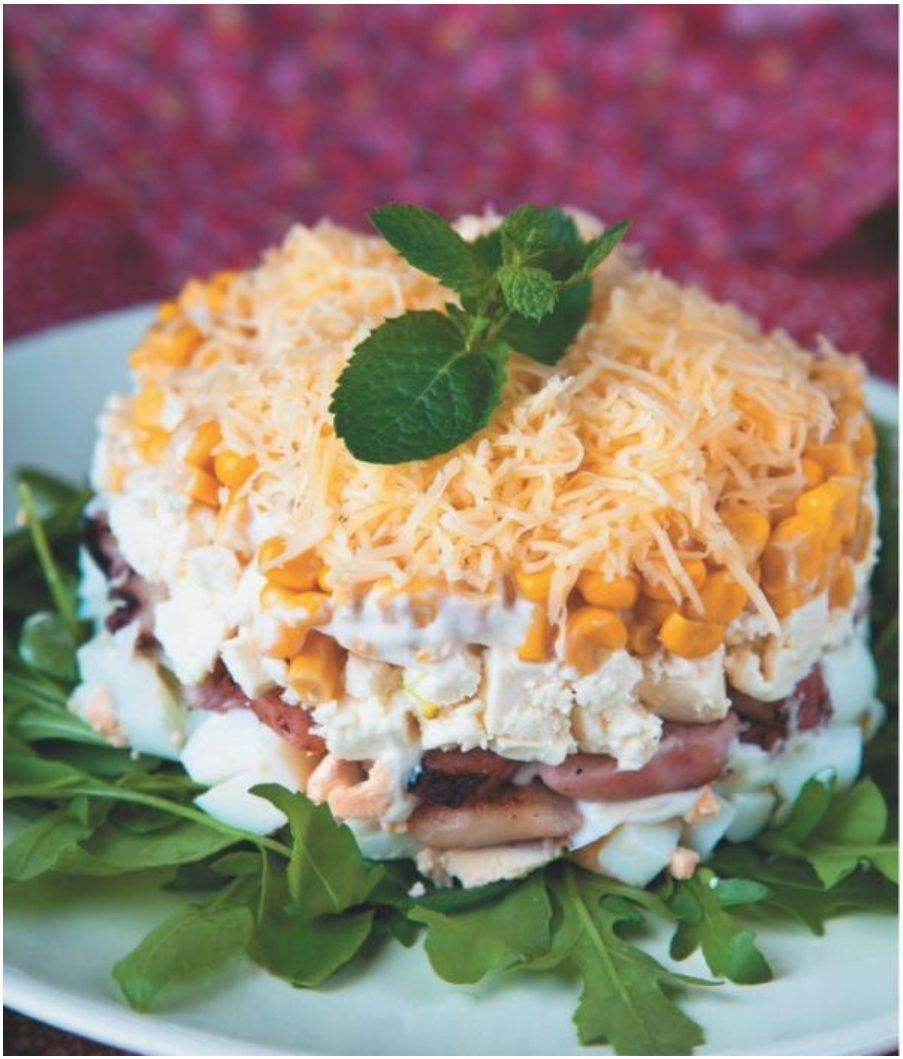
6. Рукколу вымыть и обсушить.

**Приготовление**

1. Выложить на блюдо листочки рукколы и установить сервировочное кольцо.

2. Выложить слой нарезанных яиц, смазать майонезом. Сверху уложить подготовленных осьминогов. На них – кубики брынзы, этот слой тоже нужно смазать майонезом, а на него высыпать кукурузу.

3. Из тертого сыра сделать шапку для салата. Аккуратно снять кольцо. По желанию украсить салат листочками мяты и подать к столу.



# «Английский»

**Ингредиенты**

- *350 г капусты брокколи*
- *200 г моркови*
- *250 г брынзы*
- *120 г сушеной клюквы*
- *2 ст. л. оливкового масла*
- *Сок ¼ лимона*
- *Сушеные травы*
- *Соль по вкусу*

**Подготовка продуктов**

1. Брокколи разобрать на соцветия, опустить в кипящую воду, посолить, варить 7—10 минут в зависимости от размера соцветий. После этого сразу же опустить в очень холодную воду, чтобы капуста сохранила цвет.
2. Морковь отварить, слить воду, остудить. Очистить и нарезать полосками.
3. Брынзу нарезать кубиками.
4. Сушеную клюкву залить кипятком, через 2 минуты слить воду, ягоды выложить на дуршлаг или сито.
5. Для соуса смешать масло и лимонный сок, добавить сушеные травы по вкусу.

**Приготовление**

1. В банку выложить слоями морковь, брынзу, брокколи.
2. Полить салат соусом, сверху посыпать клюквой.
3. Накрыть крышкой и встряхнуть, чтобы соус хорошо перемешался со всеми ингредиентами.

# «Нептун»

**Ингредиенты**

- *200 г кальмаров*
- *300 г зеленых яблок*
- *150 г ялтинского лука*
- *3 киви*
- *50 мл майонеза*

**Подготовка продуктов**

1. Тушки кальмаров отварить. После остывания нарезать их тонкими полосками.
2. Яблоки нарезать соломкой, лук – тонкими полукольцами.
3. Киви очистить и нарезать кружочками.

**Приготовление**

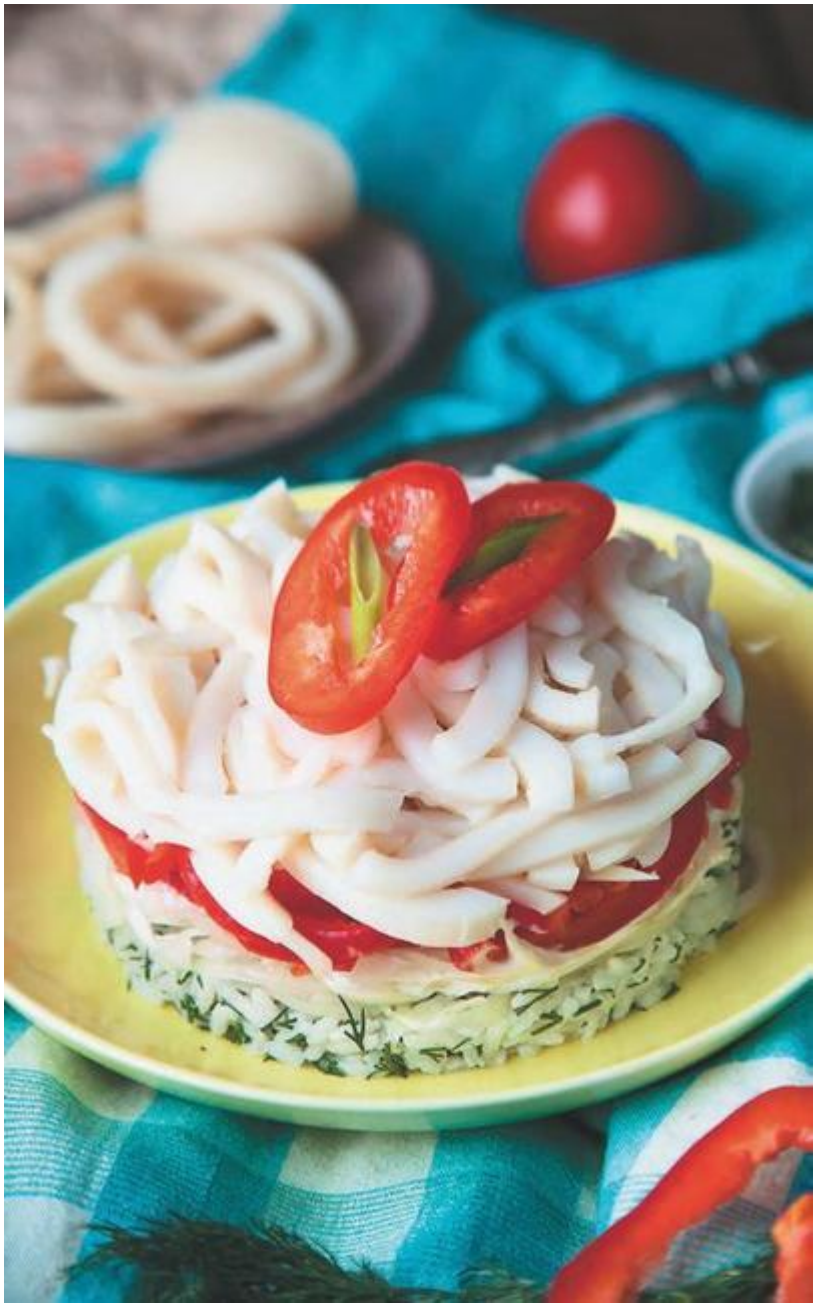
1. В прозрачную емкость выложить на дно нарезанные соломкой яблоки. Смазать первый слой майонезом.
2. Положить на яблоки полоски кальмара, их тоже следует смазать майонезом.

3. Следующий слой – ялтинский лук, на него аккуратно выложить кружочки киви.

Полезный совет

Чтобы кальмары в салате были нежными и мягкими, важно их не переварить. Готовить их стоит следующим образом: тушки предварительно разморозить и очистить. Вскипятить воду, добавить в нее соль, лавровый лист и перец горошком, опустить в воду тушку кальмара и варить 10–15 секунд. Так же поступить и с остальными тушками.

# «Елена»



**Ингредиенты**

- *200 г кальмаров*
- *120 г риса*
- *150 г сладкого перца*
- *150 г лука*
- *50 мл майонеза*
- *50 г укропа*
- *1 ст. л. сливочного масла*
- *1 ст. л. уксуса*

**Подготовка продуктов**

1. Кальмаров отварить, нарезать полосками.
2. Рис промыть проточной водой, залить холодной водой в пропорции 1: 2, поставить на огонь и варить до готовности. Готовый рис заправить небольшим количеством сливочного масла, а когда немного остынет – перемешать с измельченным укропом.
3. Перец нарезать тонкими полосками.
4. Лук нарезать очень тонкими полукольцами, сбрызнуть уксусом.

**Приготовление**

1. Установить сервировочное кольцо на тарелку, заполнить его рисом на треть.
2. Сверху выложить лук, смазать майонезом, далее – полоски сладкого перца и еще один тонкий слой майонеза.
3. Завершить сборку салата пышным слоем полосок кальмара. Снять кольцо и украсить салат сладким перцем.

# «Идиллия»

**Ингредиенты**

- *200 г кальмаров*
- *150 г шампиньонов*
- *100 г твердого сыра*
- *50 г грецких орехов*
- *½ пучка зеленого лука*
- *3 ст. л. оливкового масла*
- *2 ст. л. сладкой горчицы*
- *1 щепотка соли*

**Подготовка продуктов**

1. Кальмаров разморозить, опустить в кипящую воду на 10–15 секунд. Оставить остывать, а после нарезать полосками.
2. Грибы нарезать пластинками и обжарить на сковороде, смазанной оливковым маслом.
3. Сыр натереть на терке.
4. Орехи измельчить ножом или в кухонном процессоре.
5. Зеленый лук нарезать колечками по диагонали.
6. Для соуса смешать оставшееся оливковое масло, горчицу и соль.

**Приготовление**

1. В банку или бокал сложить жареные грибы, полить 1 ст. л. соуса.
2. Следующий слой – полоски кальмаров, их также следует полить небольшим количеством соуса. Далее – зеленый лук и снова соус.
3. На лук выложить натертый сыр, на него орехи, снова добавить немного соуса.

# «Капитан»

**Ингредиенты**

- *400 г картофеля*
- *200 г ялтинского лука*
- *250 г помидоров черри*
- *200 г соленого лосося*
- *8 ломтиков ржаного хлеба*
- *8 перьев зеленого лука*
- *70 мл майонеза*

**Подготовка продуктов**

1. Картофель отварить в мундире, очистить от кожуры и нарезать кубиками.
2. Ялтинский лук измельчить острым ножом.
3. Нарезанные картофель и лук смешать, заправить майонезом, поместить ненадолго в холодильник.
4. Помидоры нарезать кружочками, рыбу – пластинками или кубиками.
5. Из кусочков хлеба сервировочным кольцом вырезать кружочки. Подсушить их до золотистого цвета на сухой сковороде.
6. Из перьев зеленого лука сделать полоски, разрезав их с одной стороны острым ножом.

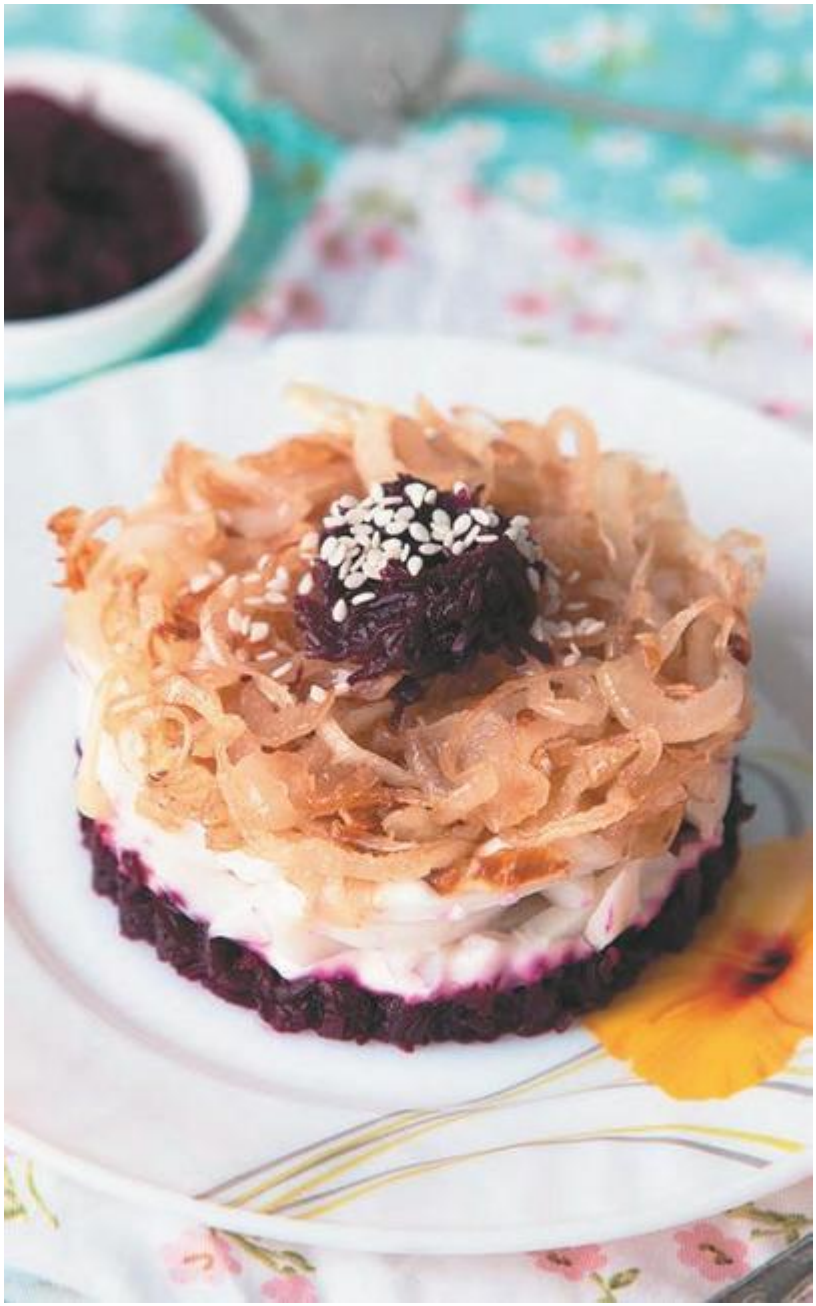
**Приготовление**

1. Установить на тарелку сервировочное кольцо, вниз выложить один кусочек поджаренного хлеба.
2. Выложить слой картофельной смеси.
3. Сверху поместить кружочки помидоров, на них нарезанную рыбу.
4. Повторить три предыдущих слоя – картофель, помидор, лосось.
5. Сверху накрыть еще одним кусочком хлеба. Снять сервировочное кольцо, приподнять салат, под нижний слой подложить перья зеленого лука и обернуть ими салат. Сверху скрепить зубочисткой или чем-либо прижать (например, долькой помидора).

Полезный совет:

Лосось в этом салате можно заменить копченой скумбрией.

# «Оригинальный»



**Ингредиенты**

- *250 г свеклы*
- *250 г кальмаров*
- *250 г лука*
- *70 мл майонеза*
- *½ ч. л. сахара*
- *1 ст. л. коньяка*
- *1–2 ст. л. растительного масла*
- *1 ч. л. кунжута*
- *Соль по вкусу*

**Подготовка продуктов**

1. Свеклу вымыть, обернуть фольгой, запечь в духовке до готовности. После остывания очистить и натереть на терке.

2. Кальмаров отварить в кипящей воде в течение 10–15 секунд. Нарезать полосками.

3. Лук нарезать тонкими полукольцами. Разогреть сковороду, обжарить лук в течение 2 минут, посолить, добавить сахар и коньяк, жарить до золотистого цвета.

**Приготовление**

1. Установить на тарелку сервировочное кольцо, выложить натертую свеклу, смазать майонезом.

2. Сверху уложить слой нарезанных кальмаров, также смазать майонезом.

3. Последний слой – карамелизированный лук. Украсить салат шариком из натертой свеклы и посыпать кунжутом.

# «Торжество»

**Ингредиенты**

- *300 г куриного мяса*
- *300 г картофеля*
- *250 г соленых огурцов*
- *150 г чернослива*
- *5 яиц*
- *150 мл майонеза*

**Подготовка продуктов**

1. Куриное мясо отварить, отделить от костей и кожи, нарезать кубиками.
2. Картофель вымыть и отварить в мундире до готовности. Дать остыть, очистить и натереть на терке.
3. Огурцы нарезать кубиками.
4. Чернослив залить кипятком, оставить на 10 минут, откинуть на дуршлаг. Нарезать чернослив полосками.
5. Яйца отварить вкрутую. Отделить желтки от белков, натереть их на терке по отдельности.

**Приготовление**

1. Сервировочное кольцо поставить на тарелку. Аккуратно выложить картофель, не придавливая его, чтобы сохранить объем и структуру. Смазать тонким слоем майонеза.
2. На картофель выложить слой огурцов, разровнять и смазать майонезом. Следующий слой – куриное мясо, к нему тоже добавить майонез.
3. На мясо положить нарезанный чернослив, смазать соусом, далее аккуратно выложить натертый белок.
4. Украсить салат шапочкой из натертого желтка. Снять сервировочное кольцо.

# «Экзотик»

**Ингредиенты**

- *300 г куриной грудки*
- *250 г апельсинов*
- *250 г киви*
- *70 г зеленого салата*
- *50 г базилика*
- *100 мл несладкого йогурта*

**Подготовка продуктов**

1. Отварить куриную грудку, остудить, крупно нарезать.
2. Очистить апельсины, разрезать каждый на 4 части, а эти части нарезать полукольцами. Так же нарезать киви.
3. Салат и базилик вымыть и просушить. Салат порвать, базилик мелко нарезать.

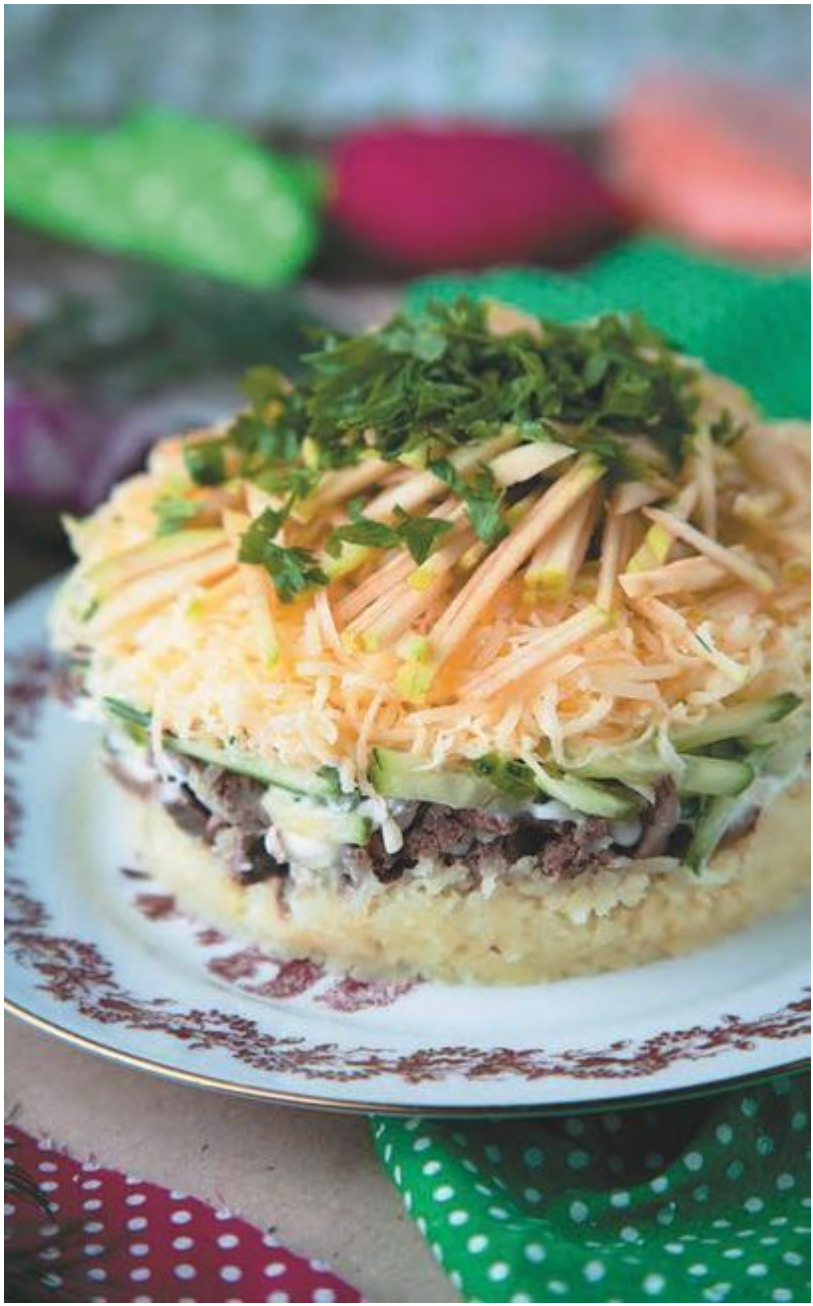
**Приготовление**

1. Салат можно подавать как в банке, так и в бокале или прозрачной креманке.
2. На дно посуды выложить несколько листиков салата, на них – 1 ст. л. йогурта.
3. Сверху выложить кусочки курицы, на них – йогурт, посыпать базиликом.
4. После этого поместить в банку нарезанные фрукты: сначала апельсины, затем киви. Их также приправить йогуртом. Сверху выложить лист салата.

Полезный совет

Нож для нарезки апельсинов должен быть очень острым, чтобы фрукты не теряли сок.

# Салат с печенью и яблоком



**Ингредиенты**

- *250 г говяжьей печени*
- *250 г картофеля*
- *200 г свежих огурцов*
- *200 г зеленых яблок*
- *150 г твердого сыра*
- *1 ст. л. лимонного сока*
- *70 мл майонеза*
- *15 г петрушки*

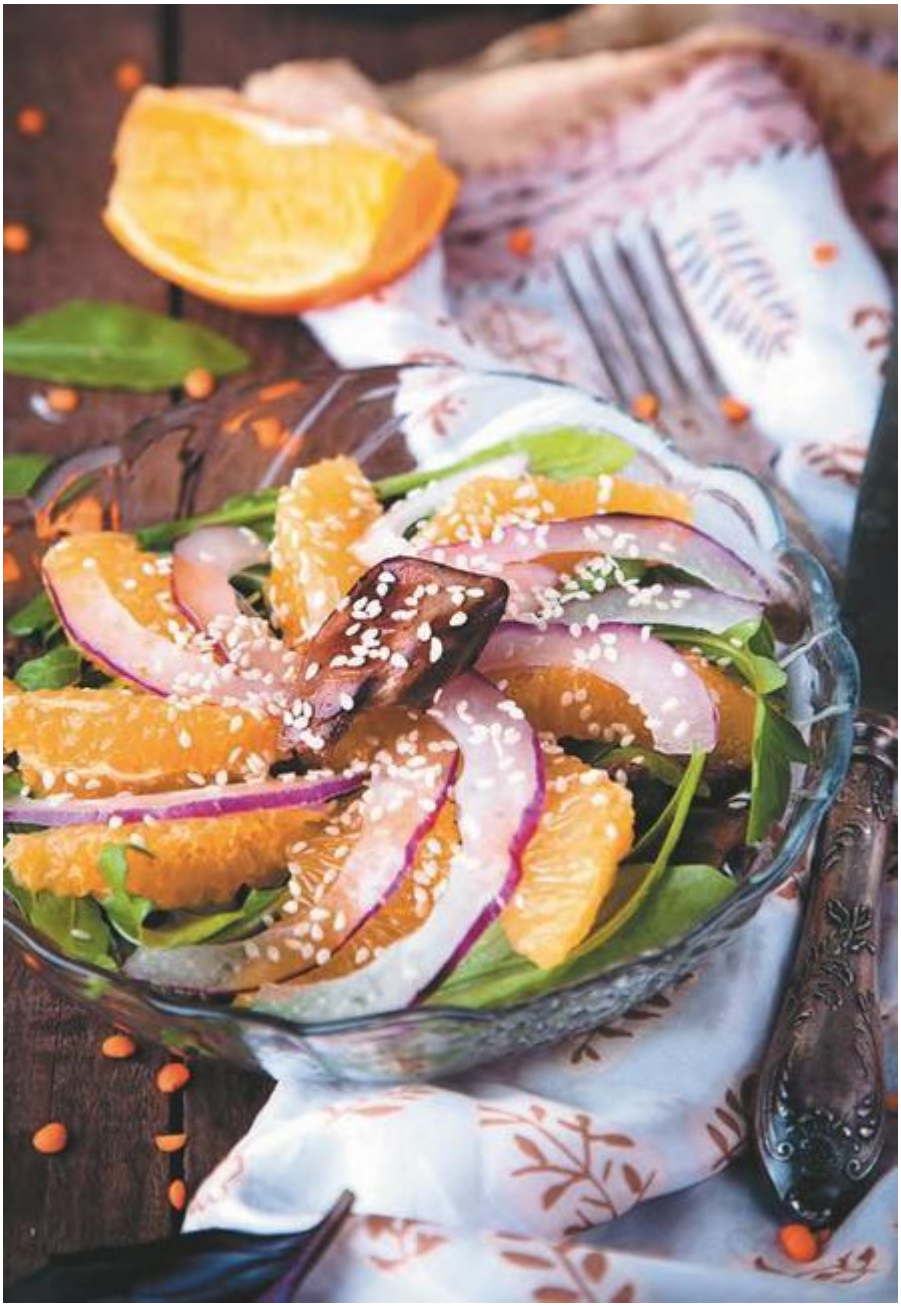
**Подготовка продуктов**

1. Печень отварить и нарезать мелкими кубиками.
2. Картофель отварить в мундире, остудить, очистить и натереть на терке.
3. Огурцы и очищенные яблоки нарезать тонкими полосками. Яблоки сбрызнуть лимонным соком, чтобы они не потемнели.
4. Сыр натереть на мелкой терке.
5. Петрушку мелко нарезать.

**Приготовление**

1. Установить сервировочное кольцо на тарелку, наполнить его дно тертым картофелем. Смазать этот слой салата майонезом.
2. Выложить на картофель печень, смазать майонезом.
3. Следующими слоями будут огурцы, майонез и тертый сыр.
4. Сверху выложить нарезанные яблоки, украсить петрушкой.

# Салат с печенью и апельсином



**Ингредиенты**

• *200 г куриной или индюшиной печени*
• *250 г апельсинов*
• *150 г лука*
• *150 г рукколы*
• *50 мл оливкового масла*
• *Кунжут для украшения*

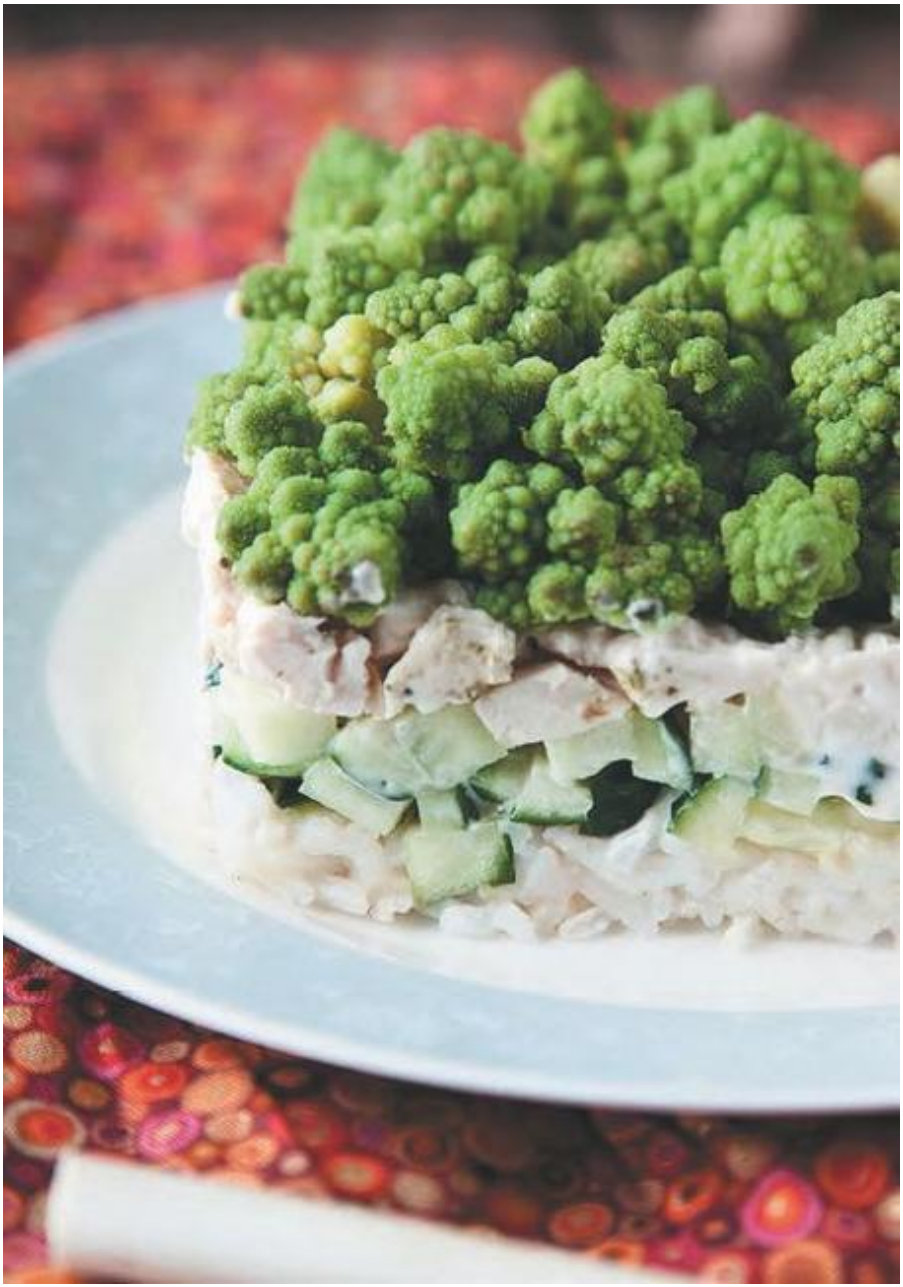
**Подготовка продуктов**

1. Печень промыть, отделить от прожилок, выложить на бумажное полотенце, чтобы удалить лишнюю жидкость. Разогреть сковороду и обжарить печень. Остудить, нарезать пластинами.
2. Из долек апельсина острым ножом вырезать мякоть. Из четверти апельсина выдавить сок.
3. Лук нарезать тонкими полукольцами, сбрызнуть соком апельсина.
4. Рукколу вымыть и просушить.
5. Оставшийся апельсиновый сок и оливковое масло смешать для соуса.

**Приготовление**

1. Выложить нарезанную печень на дно прозрачной пиалы.
2. Сверху уложить ровным слоем рукколу, на нее – очищенные дольки апельсинов и лук.
3. Полить салат соусом, при желании посолить. Посыпать кунжутом для украшения.

# «Романеско»



**Ингредиенты**

- *300 г куриного филе*
- *2 зубчика чеснока*
- *350 г капусты романеско*
- *250 г огурцов*
- *150 г риса*
- *70 мл сметаны*
- *1 ст. л. растительного масла*
- *Сушеные травы*
- *Соль по вкусу*

**Подготовка продуктов**

1. Куриное филе натереть маслом, солью и сушеными травами, плотно обернуть фольгой и поместить в духовку на полчаса. После этого остудить и нарезать кубиками.
2. Неочищенные зубчики чеснока также обернуть фольгой и запекать в духовке 20 минут.
3. Капусту романеско разобрать на соцветия и отварить в подсоленной воде.
4. Огурцы вымыть и нарезать мелкими кубиками.
5. Рис отварить до готовности и остудить.
6. Для соуса приготовить пасту из запеченного чеснока: смешать его со сметаной до однородной массы, приправить солью и травами по вкусу.

**Приготовление**

1. Поставить кулинарную форму на тарелку и заполнить ее рисом на треть. Смазать соусом.
2. На рис выложить слой огурцов, их также смазать соусом.
3. Следующий слой – нарезанное куриное филе и соус.
4. Соцветия капусты романеско установить на салат так, чтобы они полностью покрыли его поверхность. Снять форму.

# «Гриль»

**Ингредиенты**

- *300 г баклажанов*
- *300 г кабачков*
- *200 г крупных шампиньонов*
- *250 г лука*
- *200 г ветчины*
- *Творожный сыр с зеленью*
- *Растительное масло для жарки*
- *Соль по вкусу*

**Подготовка продуктов**

1. Баклажаны, кабачки, лук и грибы нарезать кольцами, посолить, смазать маслом и обжарить на гриле на открытом огне.
2. Ветчину нарезать тонкими кусочками и тоже обжарить.

**Приготовление**

1. На плоское блюдо уложить слой обжаренных баклажанов и смазать тонким слоем творожного сыра.
2. Следующими слоями уложить кабачки, ветчину и грибы, смазывая каждый слой сыром.
3. Завершить сборку салата слоем жареного лука. При желании салат можно украсить зеленью.

# «Арсен»

**Ингредиенты**

- *300 г нежирной говядины*
- *400 г консервированной фасоли*
- *350 г маринованных огурцов*
- *300 г сладкого перца*
- *150 мл майонеза*
- *50 г базилика*

**Подготовка продуктов**

1. Говядину отварить, остудить и нарезать кубиками.
2. Огурцы и перец нарезать кубиками.
3. Фасоль открыть и слить с нее жидкость.
4. Базилик мелко нарезать.

**Приготовление**

1. В прозрачную миску уложить слой фасоли, смазать его майонезом и посыпать базиликом.

2. Следующими слоями будут говядина и огурцы, каждый из них следует смазать майонезом и посыпать нарезанным базиликом.

3. Сверху салат посыпать нарезанным сладким перцем, по желанию украсить базиликом.

# Сельдь под шубой по-королевски

**Ингредиенты**

- *350 г слабосоленой сельди*
- *400 г свеклы*
- *350 г картофеля*
- *250 г моркови*
- *200 г лука*
- *2 ст. л. уксуса*
- *1 ч. л. сахара*
- *7 перепелиных яиц*
- *100 г красной икры*

• *100 мл майонеза*
• *15 г укропа*

**Подготовка продуктов**

1. Сельдь разобрать на филе, кулинарным пинцетом или ножом удалить все кости. Очищенное филе нарезать мелкими кубиками.
2. Свеклу, картофель и морковь отварить отдельно. Очистить овощи и натереть их по отдельности на терке.
3. Лук нарезать очень мелкими кубиками, очень быстро обдать кипятком, замариновать с уксусом и сахаром.
4. Яйца отварить, каждое разрезать пополам, вынуть желтки и натереть их на терке.

**Приготовление**

1. На плоское продолговатое блюдо выложить слой натертого картофеля. Стараясь не придавливать его, смазать майонезом.
2. На картофель уложить слой нарезанной сельди. На нее – маринованный лук, смазать майонезом.
3. Затем – слой натертой моркови и майонез.
4. Сформировать верхушку салата из натертой свеклы, придать ему аккуратную форму, слегка смазать майонезом.
5. Края салата присыпать тертым желтком.
6. Половинки яичных белков наполнить икрой, поставить их на салат.
7. Украсить веточками укропа.

# Салат с сельдью и авокадо

**Ингредиенты**

• *300 г сельди*
• *250 г свеклы*
• *2 крупных спелых авокадо*
• *4 яйца*
• *100 мл майонеза*

**Подготовка продуктов**

1. Сельдь филировать и тщательно очистить от костей.
2. Свеклу запечь в духовке, обернув предварительно фольгой. Готовую свеклу очистить и натереть на терке.
3. Авокадо мелко нарезать.
4. Яйца отварить вкрутую, очистить и нарезать кубиками.

**Приготовление**

1. На дно установленной на тарелку кулинарной формы-цветка выложить слой сельди. Добавить майонез.
2. Следующим выложить авокадо, на него – свеклу. Смазать майонезом.
3. Последний слой – нарезанные яйца. Поместить салат на 15 минут в холодильник, снять форму.

# «Империал»

**Ингредиенты**

- *400 г говядины*
- *300 г картофеля*
- *300 г свеклы*
- *200 г твердого сыра*
- *350 г консервированного зеленого горошка*
- *70 г лесных орехов*
- *150 мл майонеза*
- *1 ч. л. растительного масла*

**Подготовка продуктов**

1. Мясо, картофель и свеклу отварить в отдельных кастрюлях. Очистить картофель и свеклу, все продукты нарезать кубиками.
2. Сыр натереть на терке.
3. Открыть горошек и слить с него жидкость.
4. Лесные орехи подсушить 2 минуты на сухой горячей сковороде.

**Приготовление**

1. Глубокую миску смазать растительным маслом. На дно выложить нарезанную говядину, смешать ее с майонезом.
2. В отдельной посуде заправить майонезом свеклу, выложить ее на мясо.
3. Следующий слой – тертый сыр.
4. Картофель смешать с майонезом, выложить на сыр.
5. Накрыть миску с салатом тарелкой для подачи, перевернуть и поместить в холодильник на 15–20 минут, после чего аккуратно снять миску.
6. По краю салата выложить зеленый горошек, а сверху украсить сыром и лесными орехами.

# «Весна»

**Ингредиенты**

- *400 г замороженного зеленого горошка*
- *6 яиц*
- *250 г мяса криля*
- *150 г риса*
- *50 г укропа*
- *100 мл майонеза*
- *Соль по вкусу*

**Подготовка продуктов**

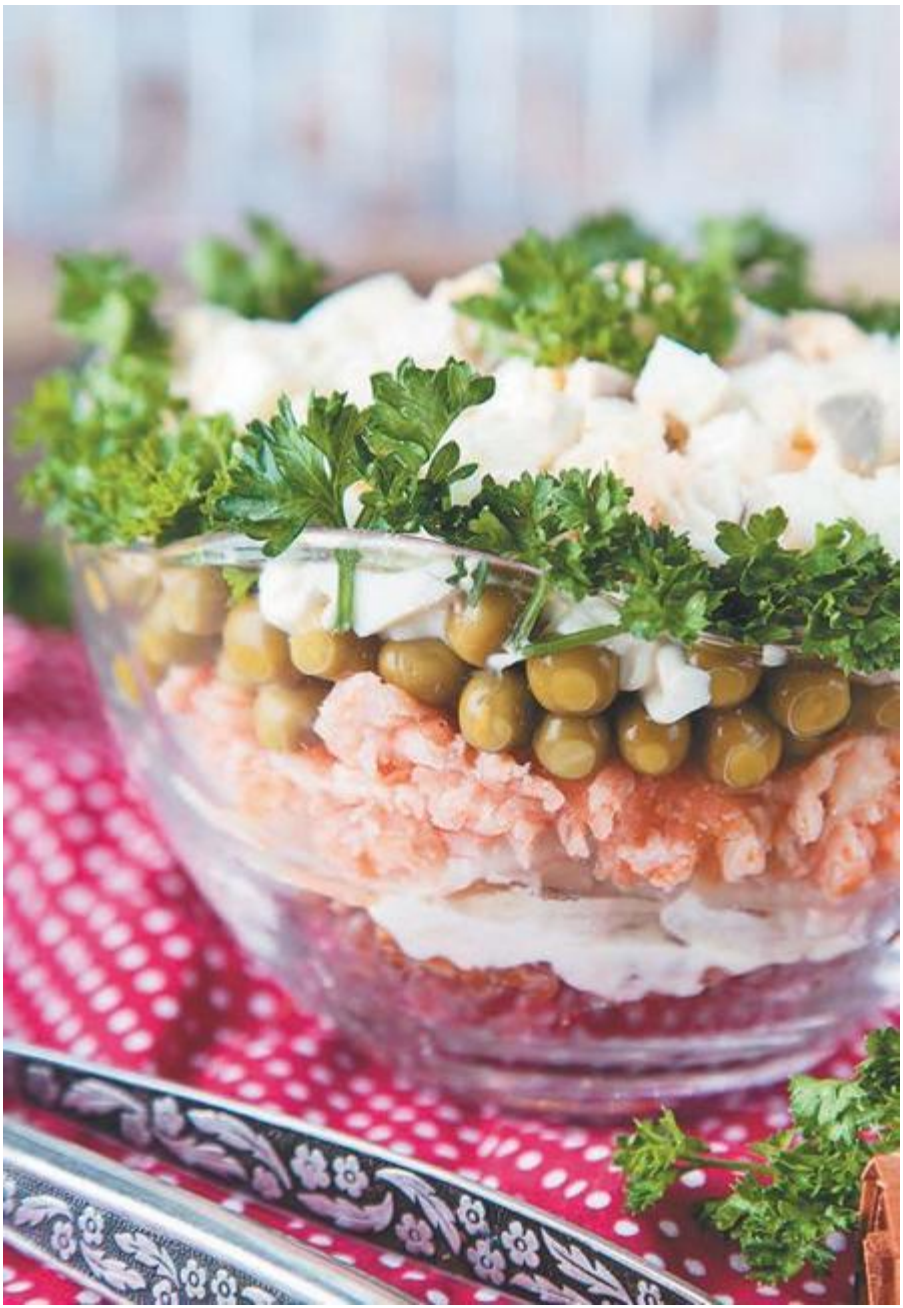
1. Горошек разморозить, слить лишнюю жидкость.
2. Яйца отварить вкрутую, очистить и нарезать кружочками.
3. Рис отварить в подсоленной воде. Остудить.
4. Мясо криля измельчить, смешать с отваренным рисом и

заправить майонезом. Добавить мелко нарезанный укроп.

**Приготовление**

1. На дно прозрачной миски выложить 1/3 зеленого горошка.
2. По бокам миски выложить на горошек кружочки яиц, а в середину положить половину массы из риса и мяса криля.
3. Повторить эти действия и засыпать салат сверху зеленым горошком. Украсить долькой яйца.

# Салат с гречневой крупой и брюшками лосося



**Ингредиенты**

- *100 г гречневой крупы*
- *200 г сырых брюшков лосося*
- *200 г зеленого горошка*
- *4 яйца*
- *100 г лука*
- *70 мл майонеза*
- *15 г петрушки*

**Подготовка продуктов**

1. Гречневую крупу отварить до готовности.
2. Брюшки лосося отварить в кипящей воде в течение 7—10 минут. Остудить и мелко нарубить острым ножом.
3. Яйца отварить вкрутую, очистить и нарезать кубиками.
4. Лук нарезать тонкими полукольцами.
5. Горошек открыть и слить жидкость.

**Приготовление**

1. На дно прозрачной миски среднего размера уложить несколько столовых ложек гречневой крупы, приправить майонезом.
2. Сверху выложить лук, на него – мясо лосося и еще один слой майонеза.
3. Далее добавить к салату слой зеленого горошка, слой майонеза и завершить сборку салата верхушкой из яиц. Украсить листочками петрушки.

# «Азия»

**Ингредиенты**

- *300 г мякоти говядины*
- *300 г репчатого лука*
- *250 г стручковой фасоли*
- *250 г сладкого перца*
- *70 г зеленого лука*
- *3 ст. л. растительного масла*
- *2 ст. л. соевого соуса*
- *Сок ¼ лимона*
- *2 ч. л. сахара*
- *1 ч. л. кунжута*
- *Соль по вкусу*

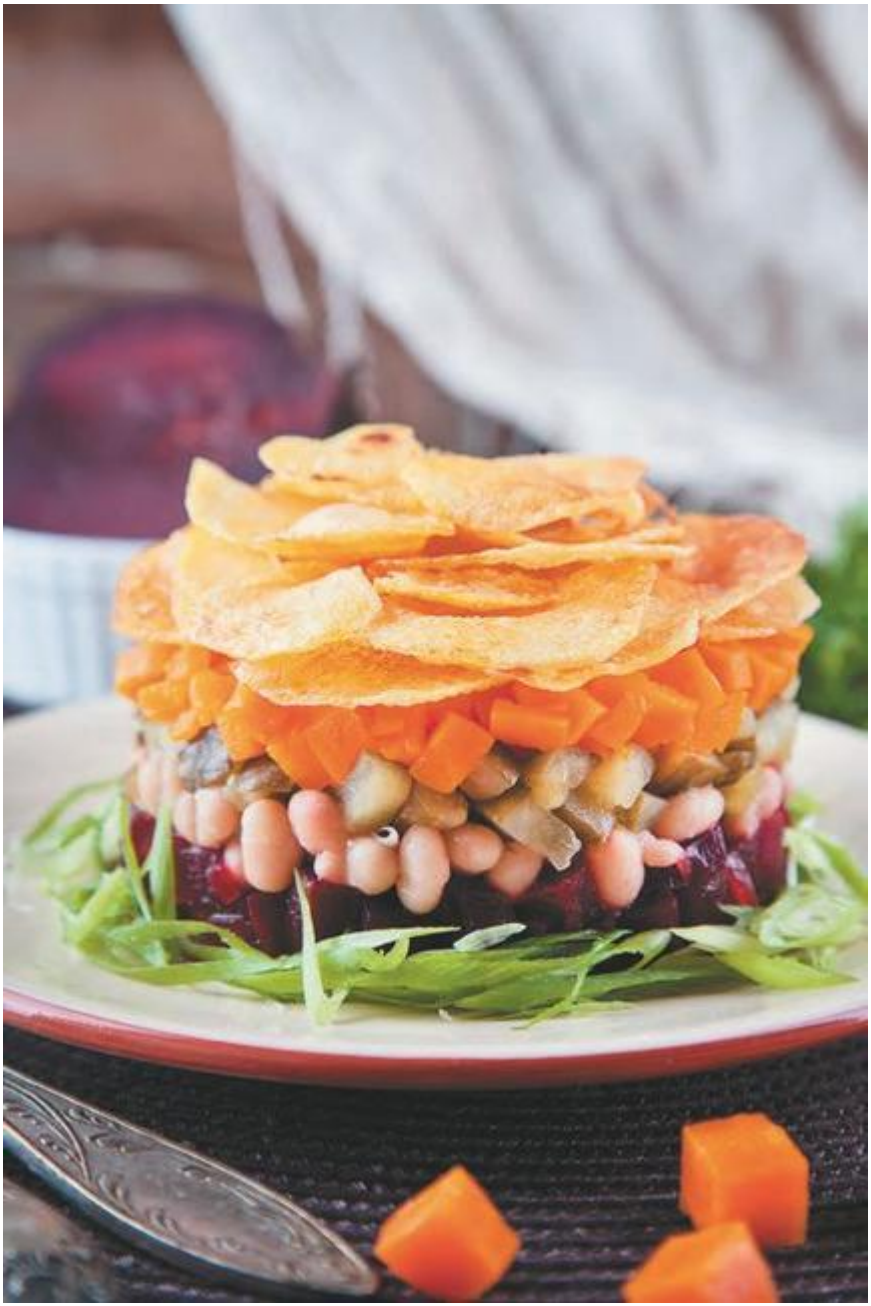
**Подготовка продуктов**

1. Говядину вымыть и промокнуть бумажным полотенцем досуха. Нарезать очень тонкими полосками и обжарить в течение 7 минут на сильно разогретой сковороде. Посолить, добавить 1 ст. л. соевого соуса, уменьшить огонь и подержать 5 минут под крышкой.
2. Репчатый лук очистить, нарезать полукольцами, обжарить на большом огне с добавлением сахара и соли.
3. Стручковую фасоль отварить, приправить лимонным соком.
4. Сладкий перец нарезать тонкими полосками, слегка обжарить.
5. Зеленый лук нарезать тонкими перьями.
6. Приготовить соус из 2 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. соевого соуса, щепотки сахара и 1 ст. л. лимонного сока.

**Приготовление**

1. На дно банки уложить карамелизированный лук, на него – стручковую фасоль.
2. Далее уложить говядину, а на нее – перец.
3. Полить салат соусом, встряхнуть.
4. Сделать шапочку из зеленого лука, украсить кунжутом.

# Праздничный винегрет



**Ингредиенты**

*• 400 г консервированной фасоли*
*• 300 г свеклы*
*• 200 г моркови*
*• 250 г соленых огурцов*
*• 200 г картофеля*
*• 50 г зеленого лука*
*• 100 мл растительного масла*
*• 1 ч. л. горчицы*
*• 2 ст. л. лимонного сока*

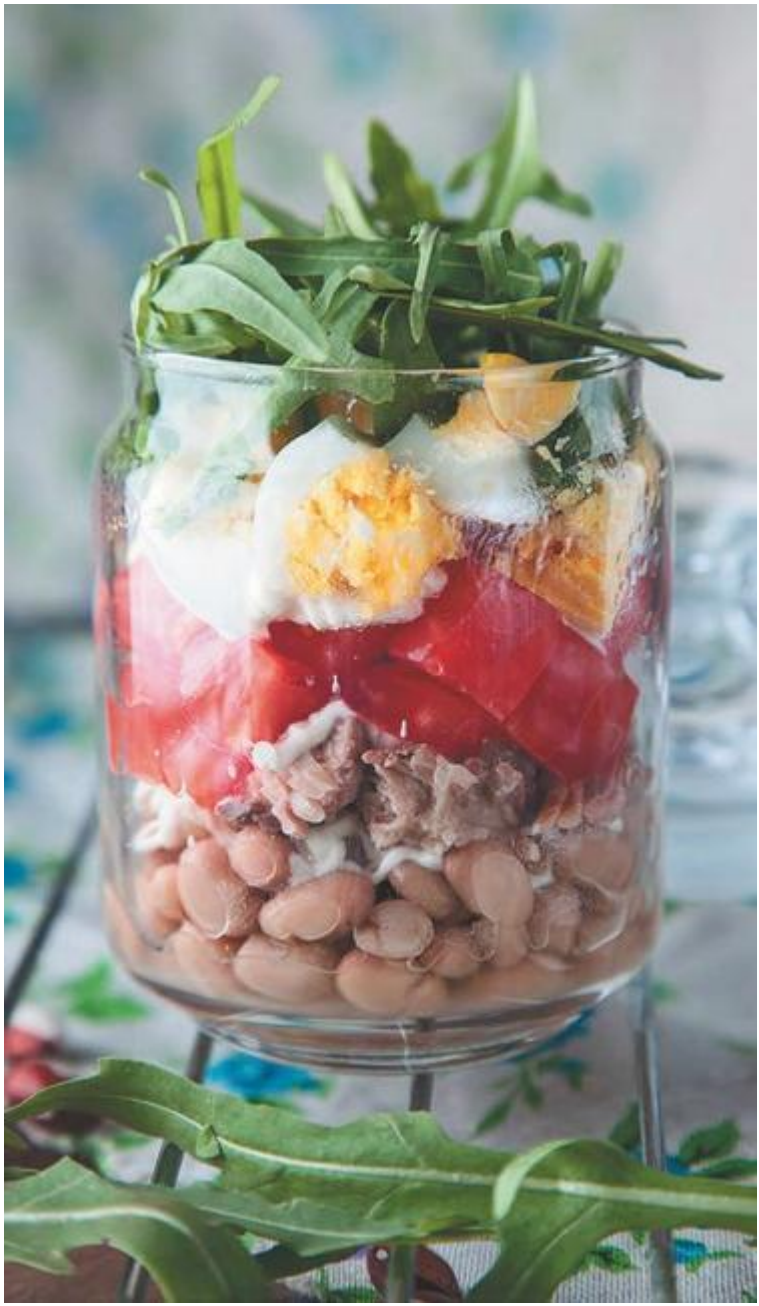
**Подготовка продуктов**

1. Банку фасоли открыть и слить лишнюю жидкость.
2. Свеклу и морковь вымыть, обсушить, обернуть фольгой и запечь в духовке. Готовые овощи очистить и нарезать кубиками.
3. Огурцы нарезать кубиками. Зеленый лук – тонкими перьями.
4. Картофель очистить, нарезать очень тонкими кружочками. В разогретом масле обжарить картофель с двух сторон до золотистого цвета – так, чтобы кусочки не касались друг друга. Выложить получившиеся чипсы на бумажное полотенце, чтобы впитался лишний жир.
5. Для соуса смешать горчицу, лимонный сок и масло.

**Приготовление**

1. На тарелку для подачи поставить сервировочное кольцо.
2. Уложить по очереди свеклу, фасоль, огурцы и морковь, поливая каждый слой соусом.
3. Снять сервировочное кольцо, сверху на салат уложить картофельные чипсы.
4. По краю украсить зеленым луком.

# Салат с тунцом и фасолью



**Ингредиенты**

• *400 г консервированной фасоли*
• *180 г тунца в собственном соку*
• *250 г помидоров*
• *4 яйца*
• *70 г рукколы*
• *100 мл нежирного йогурта*
• *1 ч. л. горчицы*

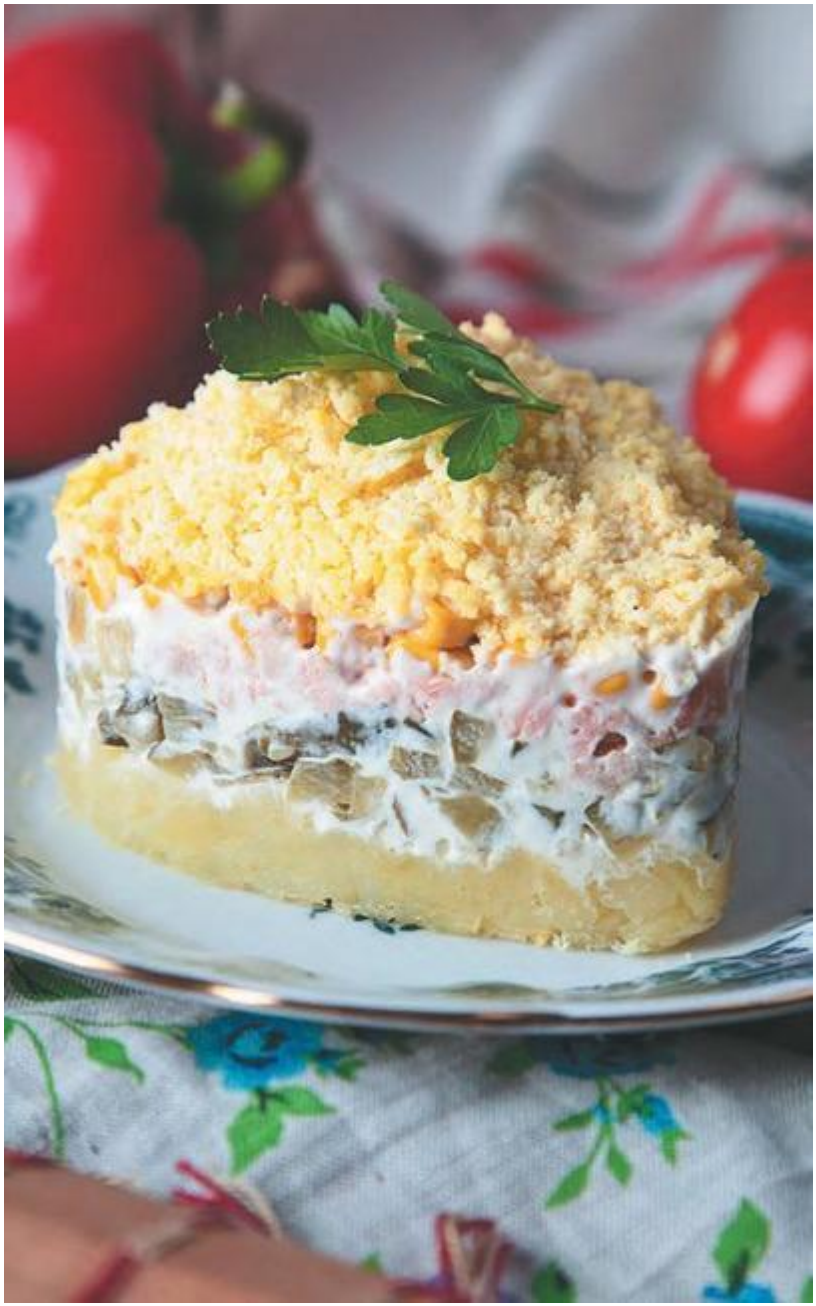
**Подготовка продуктов**

1. Банки с фасолью и тунцом открыть, слить жидкость.
2. Помидоры крупно нарезать.
3. Яйца отварить вкрутую, очистить, крупно нарезать.
4. Рукколу вымыть и обсушить.
5. Для соуса смешать йогурт с горчицей.

**Приготовление**

1. В банку или бокал выложить фасоль, тунца, помидоры и яйца, к каждому слою добавляя немного соуса.
2. Украсить салат рукколой.

# «Гурман»



**Ингредиенты**

- *300 г картофеля*
- *250 г соленых огурцов*
- *250 г консервированной горбуши*
- *200 г консервированной кукурузы*
- *4 яйца*
- *120 мл майонеза*

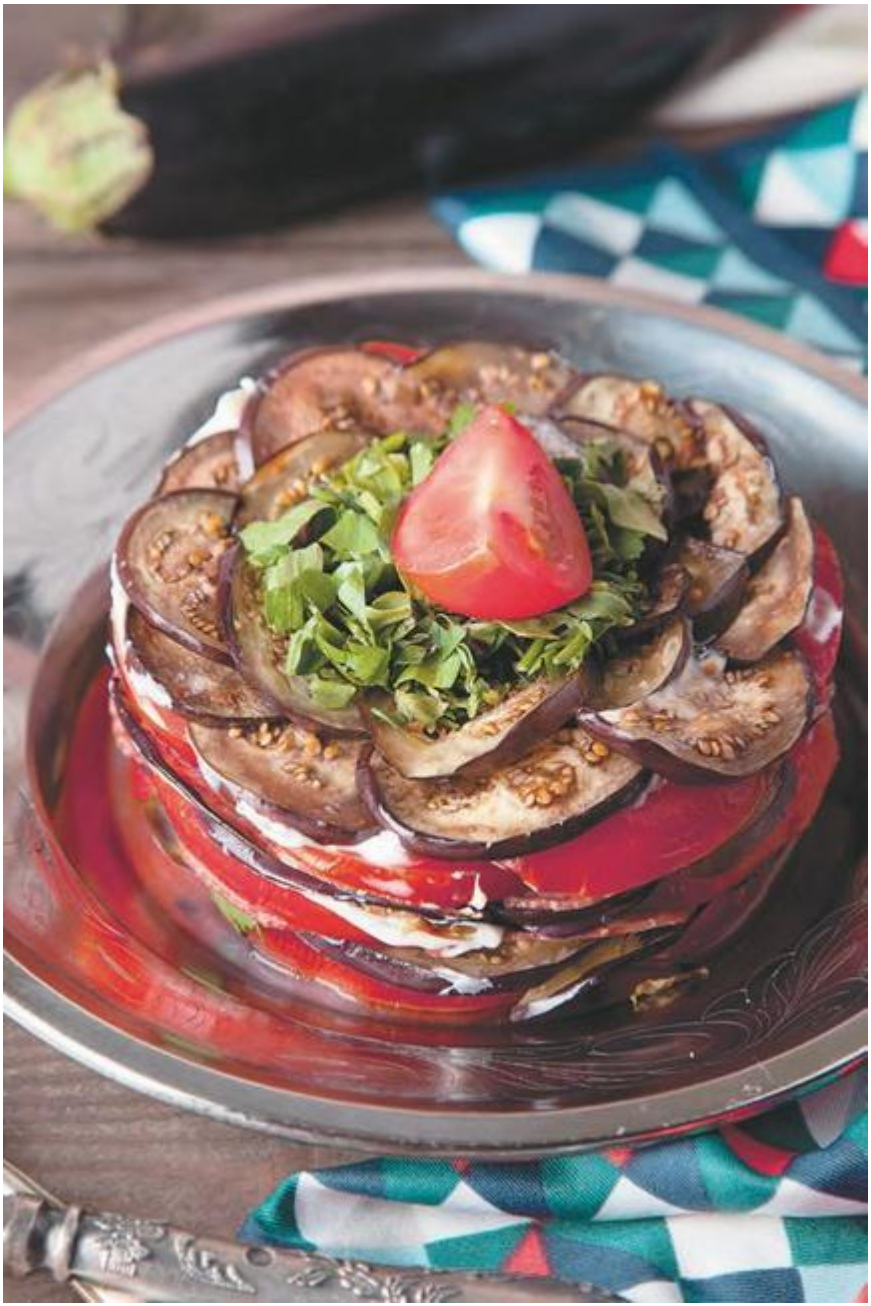
**Подготовка продуктов**

1. Картофель отварить в мундире, очистить и натереть на терке.
2. Огурцы нарезать мелкими кубиками.
3. Кукурузу и горбушу открыть и слить лишнюю жидкость. Горбушу размять вилкой.
4. Яйца отварить вкрутую, очистить и отделить белки от желтков. Отдельно натереть на терке белки и желтки.

**Приготовление**

1. Установить на тарелку кулинарную форму. На дно уложить натертый картофель, смазать майонезом.
2. Выложить на картофель тертые белки, также смазать майонезом. На белки – слой измельченных огурцов.
3. Следующий слой – рыба. Ее следует смазать майонезом, а сверху выложить кукурузу.
4. Верх салата украсить натертым яичным желтком, снять кулинарную форму. Украсить веточкой петрушки.

# «Стамбул»



**Ингредиенты**

- *400 г баклажанов*
- *200 г салями*
- *250 г помидоров*
- *120 мл йогурта или сметаны*
- *2 зубчика чеснока*
- *15 г петрушки или укропа*
- *2 ст. л. растительного масла*

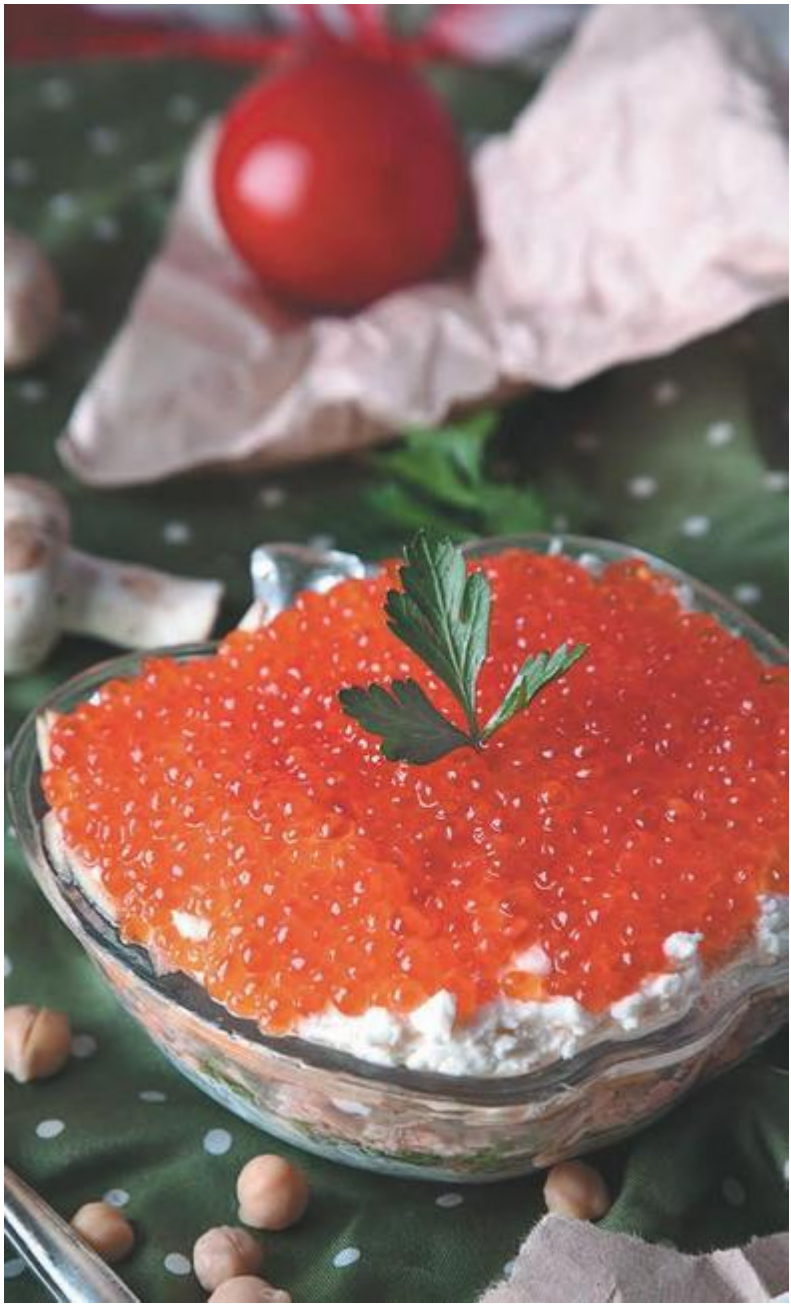
**Подготовка продуктов**

1. Баклажаны нарезать тонкими кружочками, обжарить в небольшом количестве растительного масла. Выложить на бумажное полотенце, чтобы впитался лишний жир.
2. Салями и помидоры тонкими кружочками нарезать.
3. Для соуса смешать йогурт или сметану с измельченным чесноком.
4. Зелень мелко нарезать.

**Приготовление**

1. Выложить на блюдо слой баклажанов, смазать соусом.
2. Сверху уложить слой салями, на нее – помидоры. Смазать соусом.
3. Повторить слои до нужной высоты.
4. Украсить салат зеленью и ломтиком помидора.

# «Дамский каприз»



**Ингредиенты**

- *250 г семги*
- *200 г зеленых яблок*
- *100 г зеленого лука*
- *120 г феты*
- *120 мл йогурта*
- *130 г красной икры*

**Подготовка продуктов**

1. Семгу запечь в духовке или обжарить на сухой сковороде до готовности, остудить и мелко нарезать.
2. Яблоки очистить от кожуры и нарезать мелкими кубиками.
3. Мелко нарезать зеленый лук.
4. Фету измельчить, смешать с йогуртом для соуса.

**Приготовление**

1. На дно прозрачного салатника выложить нарезанные яблоки. Обильно смазать соусом. Посыпать зеленым луком.
2. Следующий слой – рыба, на нее также следует уложить соус плотным слоем.
3. Завершить приготовление салата, выложив слой икры. Украсить веточкой петрушки.

# «Мимоза» по-домашнему

**Ингредиенты**

- *200 г семги*
- *240 г консервированной скумбрии*
- *150 г риса*
- *150 г моркови*
- *100 г зеленого лука*
- *120 мл майонеза*

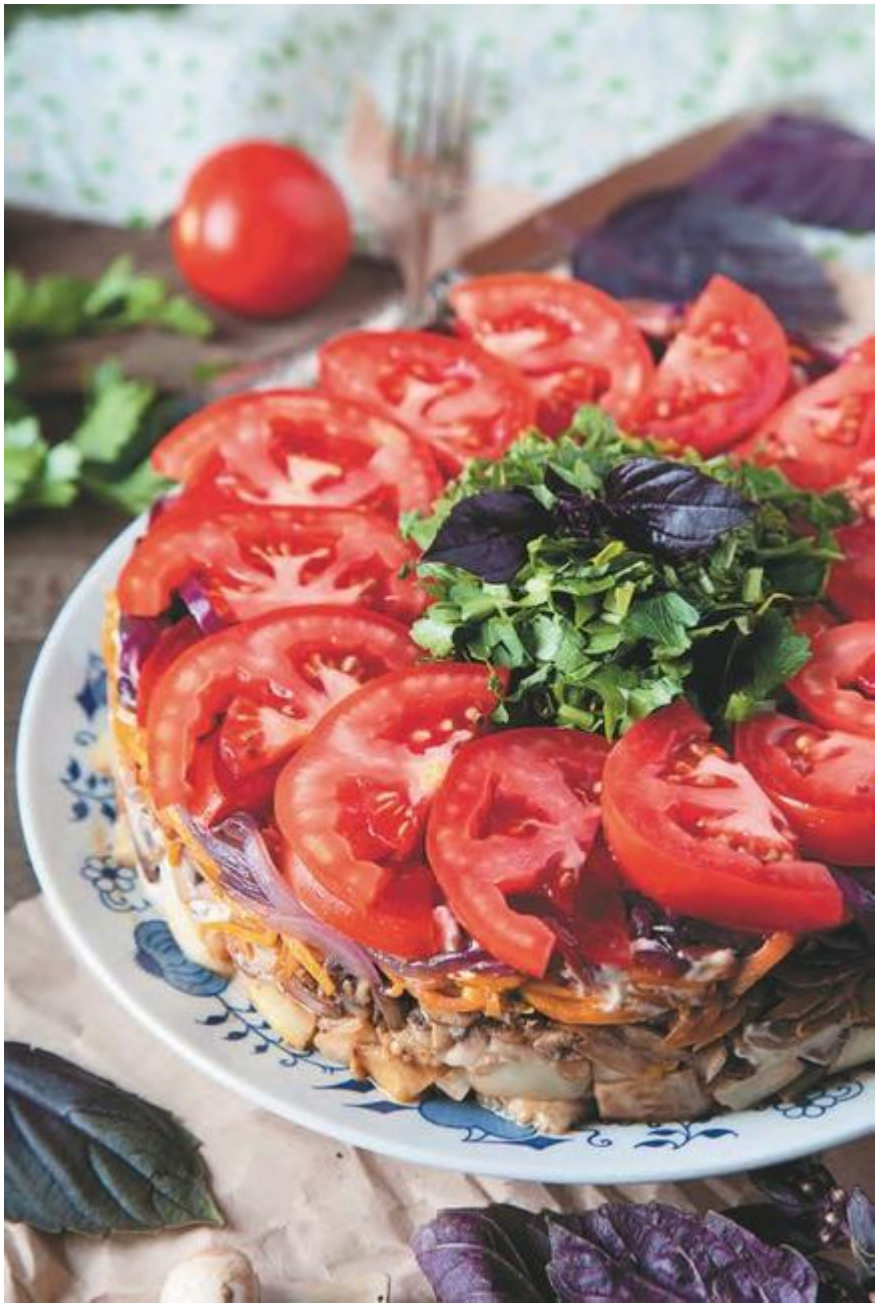
**Подготовка продуктов**

1. Семгу запечь в духовке или обжарить на сухой сковороде до готовности, остудить и мелко нарезать.
2. Скумбрию открыть, слить жидкость, размять рыбу вилкой.
3. Рис отварить в подсоленной воде.
4. Морковь отварить, остудить, очистить и натереть на терке.
5. Зеленый лук мелко нарезать.

**Приготовление**

1. На тарелку установить сервировочное кольцо. Заполнить его рисом на четверть. Смазать майонезом.
2. Сверху уложить слой измельченной скумбрии, добавить майонез.
3. Далее следует слой моркови, к которой тоже нужно добавить майонез. Посыпать зеленым луком.
4. Последний слой – мелко нарезанная семга. Снять кольцо и украсить салат петрушкой и укропом.

# «Осенний»



**Ингредиенты**

- *250 г баклажанов*
- *200 г шампиньонов*
- *150 г ялтинского лука*
- *100 г моркови*
- *150 г помидоров*
- *20 г петрушки*
- *Сливочное и растительное масло для жарки*
- *Соль по вкусу*

**Подготовка продуктов**

1. Баклажан наколоть вилкой, обернуть фольгой и запечь в духовке до готовности. После этого очистить от кожуры, нарезать кубиками, посолить и заправить растительным маслом.
2. Грибы нарезать крупными кусками, обжарить на сливочном масле до готовности.
3. Лук нарезать полукольцами, обжарить на растительном масле.
4. Морковь нарезать тонкой соломкой, обжарить.
5. Помидоры нарезать полукруглыми ломтиками.
6. Зелень мелко нарезать.

**Приготовление**

1. На дно круглой неглубокой тарелки или формы для выпечки уложить ровный слой обжаренного лука, на него – морковь.
2. На овощи выложить слой жареных грибов, а на них – баклажаны.
3. Перевернуть салат на блюдо для подачи.
4. Сверху уложить помидоры, украсить зеленью.

# «Принц»

**Ингредиенты**

- *250 г куриного филе*
- *150 г моркови*
- *150 г соленых огурцов*
- *4 яйца*
- *70 г очищенных грецких орехов*
- *100 мл майонеза*
- *Соль, лавровый лист по вкусу*

**Подготовка продуктов**

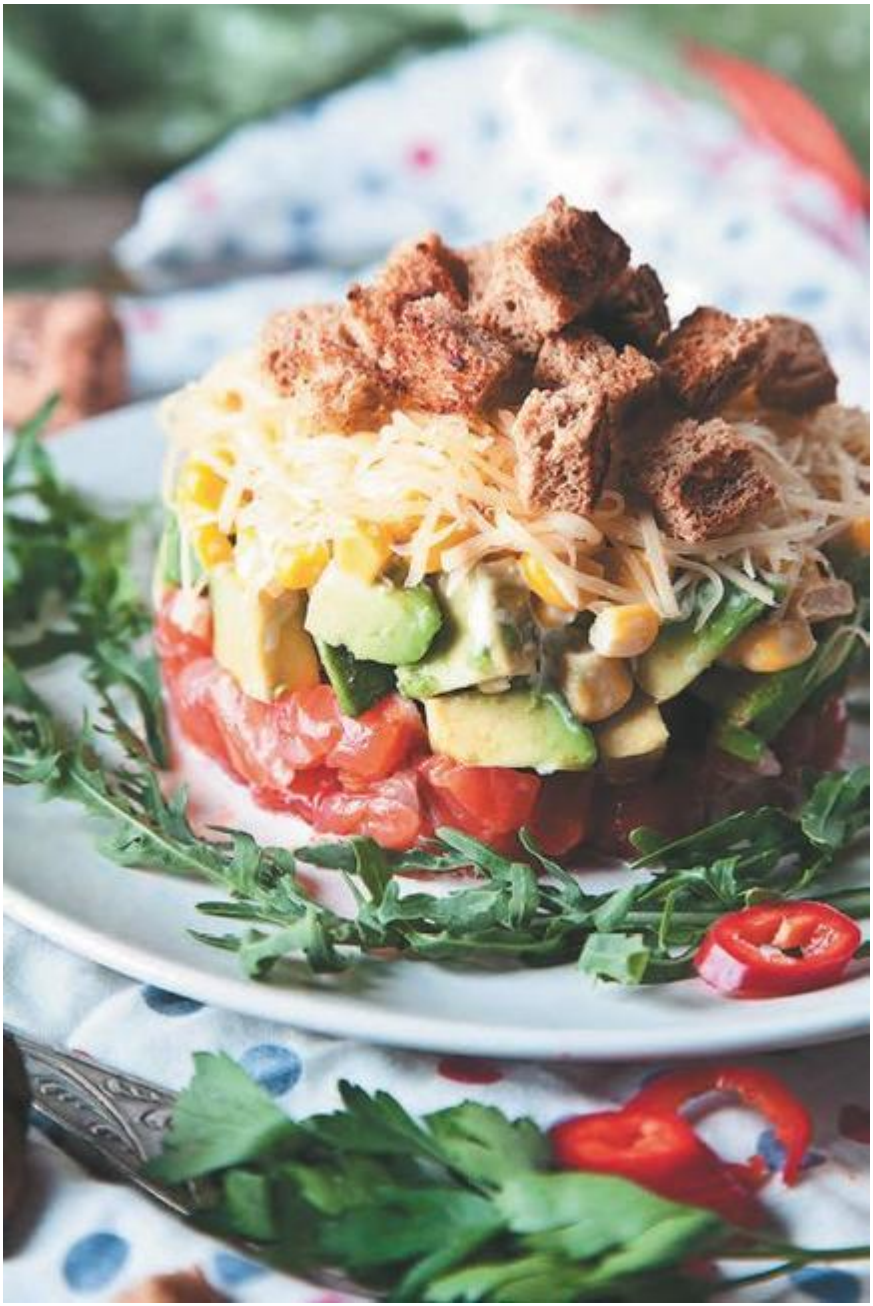
1. Куриное филе отварить до готовности с добавлением соли и лаврового листа.
2. Морковь отварить, очистить и натереть на терке.
3. Огурцы нарезать тонкими полосками.

4. Яйца отварить вкрутую, натереть на терке.
5. Орехи измельчить острым ножом.

**Приготовление**

1. Установить квадратную кулинарную форму на тарелку. Уложить первым слоем куриное филе. Смазать майонезом.
2. Следующий слой – нарезанные огурцы, смазать майонезом.
3. Повторить это с морковью и яйцом.
4. Верх салата обильно посыпать орехами, снять кулинарную форму.

# «Сицилия»



**Ингредиенты**

- *150 г соленой семги*
- *1 крупный авокадо*
- *150 г консервированной кукурузы*
- *100 г твердого сыра*
- *100 г зернового хлеба*
- *2 ст. л. оливкового масла*
- *1 ст. л. лимонного сока*
- *50 г рукколы*

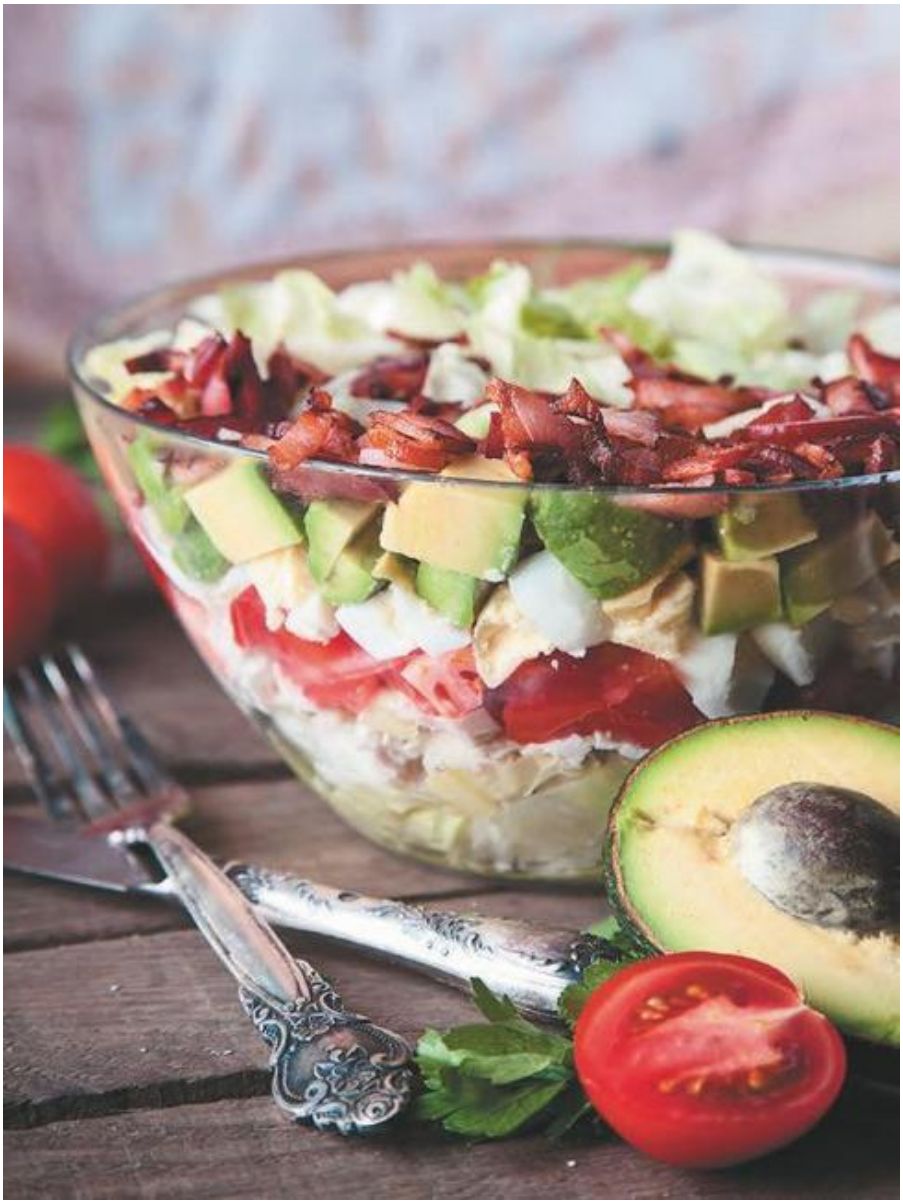
**Подготовка продуктов**

1. Рыбу нарезать кубиками.
2. Авокадо разрезать, вынуть косточку, очистить от кожуры. Нарезать кубиками.
3. Кукурузу открыть и слить жидкость.
4. Сыр натереть на терке.
5. С хлеба срезать корочку, нарезать кубиками, подсушить на сухой сковороде.
6. Смешать оливковое масло и лимонный сок для соуса.

**Приготовление**

1. Поставить сервировочное кольцо на тарелку. Уложить на дно семгу, сбрызнуть соусом.
2. Сверху выложить нарезанный авокадо, также сбрызнуть соусом.
3. Следующий слой – кукуруза с соусом, на нее выложить тертый сыр.
4. Сверху украсить салат сухариками, а по краю – рукколой. Снять сервировочное кольцо.

# Американский салат



**Ингредиенты**

- *3 яйца*
- *150 г салата айсберг*
- *70 г сыра с голубой плесенью*

• *200 г помидоров черри*
• *1 спелый авокадо*
• *70 г бекона*
• *1–2 зубчика чеснока*
• *1 ст. л. горчицы с зернами*
• *1 ст. л. дижонской горчицы*
• *1 ст. л. белого винного уксуса*
• *2 ст. л. оливкового масла*

**Подготовка продуктов**

1. Яйца отварить и очистить, нарезать кубиками.
2. Сыр и помидоры также нарезать кубиками.
3. Авокадо очистить, отделить от косточки, мелко нарезать.
4. Салат порвать на мелкие кусочки.
5. Бекон нарезать тонкими полосками, обжарить на сухой сковороде. Переложить на бумажное полотенце, чтобы впитался лишний жир.
6. Чеснок очистить, пропустить его через пресс, смешать с двумя видами горчицы, уксусом и маслом.

**Приготовление**

1. На дно большой стеклянной миски уложить салат. На него – слой сыра.
2. Следующий слой – помидоры, на них выложить яйца и авокадо.
3. Посыпать салат измельченным беконом и зеленым салатом.
4. Сверху полить соусом.

# «Здоровый перекус»

**Ингредиенты**

• *100 г моркови*
• *50 г сухого нута*
• *50 г шампиньонов*
• *100 помидоров черри*
• *25 г зеленого лука*
• *30 г шпината*
• *2 ст. л. оливкового масла*
• *2 ст. л. лимонного сока*
• *Соль по вкусу*

**Подготовка продуктов**

1. Нут промыть. Залить водой на ночь, слить жидкость, которая не впиталась. Варить в чистой воде 1,5 часа, посолив за 30 минут до готовности.
2. Морковь очистить и натереть на терке.
3. Грибы вымыть и очистить, нарезать на 4–6 частей.
4. Помидоры нарезать дольками.
5. Зеленый лук измельчить.
6. Шпинат промыть и обсушить.
7. Смешать масло, лук и соль для соуса.

**Приготовление**

1. На дно банки уложить морковь, на нее – нут. Посыпать нарезанным луком.
2. Уложить в банку шампиньоны, на них помидоры. Полить соусом.
3. Сверху украсить шпинатом.

# Салат с копченой скумбрией и морковью

**Ингредиенты**

- *200 г копченой скумбрии*
- *150 г моркови*
- *100 г лука*
- *3 яйца*
- *2 ст. л. уксуса*
- *30 г укропа*
- *70 мл майонеза*

**Подготовка продуктов**

1. Скумбрию очистить, отделить от костей. Измельчить филе ножом.

2. Морковь отварить, очистить и натереть на терке.

3. Лук нарезать как можно мельче, залить уксусом и оставить мариноваться на 20 минут, после чего слить жидкость.

4. Яйца отварить, натереть отдельно белки и желтки.
5. Укроп мелко нарезать.

**Приготовление**

1. Установить кулинарную форму-цветок на тарелку, на 1/3 заполнить ее морковью. Смазать морковный слой майонезом.
2. Выложить скумбрию. На нее – майонез и укроп.
3. Добавить к салату слой лука, смешанного с яичным белком. Смазать и этот слой майонезом.
4. Украсить салат яичными желтками. Снять форму.

# Овощной салат с курицей

**Ингредиенты**

- *250 г куриного филе*
- *200 г моркови по-корейски*
- *200 г огурцов*
- *200 г помидоров*
- *1 зубчик чеснока*
- *100 мл сметаны*
- *Маслины для украшения*

**Подготовка продуктов**

1. Куриное филе отварить, остудить и разобрать на волокна.
2. Овощи нарезать соломкой.
3. Чеснок пропустить через пресс, смешать со сметаной.

**Приготовление**

1. На дно глубокой стеклянной миски выложить морковь. Добавить немного соуса.

2. Выложить курицу, смазать соусом.

3. Добавить огурцы и помидоры, перемежая соусом. Украсить салат оливками.

# Шопский салат в банке

**Ингредиенты**

• *250 г помидоров*
• *200 г огурцов*
• *200 г сладкого перца*
• *200 г брынзы*
• *2 ст. л. оливкового масла*
• *Соль по вкусу*

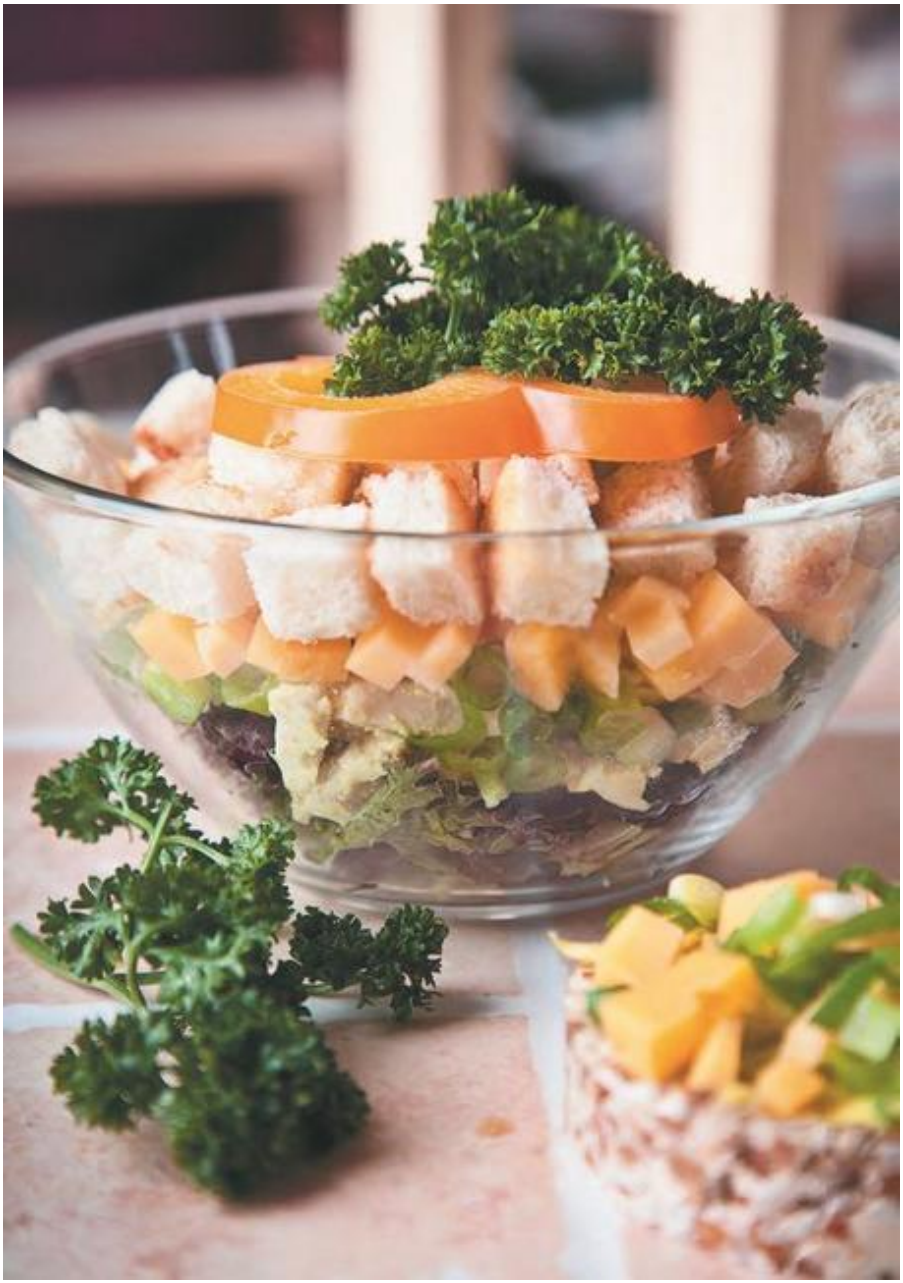
**Подготовка продуктов**

1. Все овощи нарезать кубиками.
2. Брынзу измельчить.

**Приготовление**

1. На дно банки выложить помидоры, добавить немного брынзы.
2. Добавить в банку огурцы и перец, слегка посолив овощи.
3. Выложить брынзу, по желанию украсить сухими травами.

# Салат с фасолью и сыром



**Ингредиенты**

• *1 банка консервированной черной фасоли*
• *4 яйца*
• *200 г сыра*
• *100 г белого хлеба*
• *50 г зеленого лука*
• *2 ст. л. оливкового масла*
• *15 г петрушки*

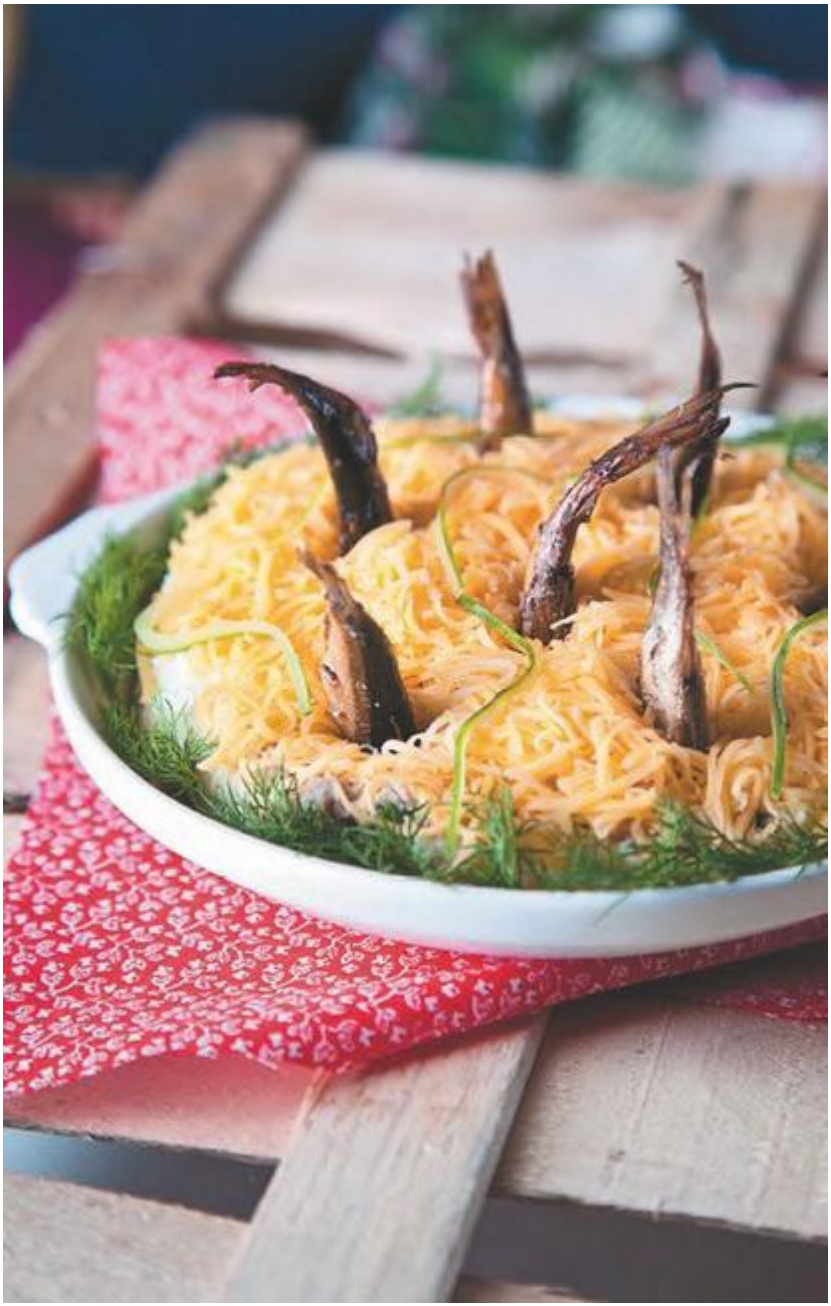
**Подготовка продуктов**

1. Фасоль открыть, слить жидкость.
2. Яйца отварить, очистить, нарезать кубиками.
3. Хлеб нарезать кубиками и подсушить в духовке или на сухой сковороде.
4. Сыр нарезать мелкими кубиками.
5. Лук измельчить.

**Приготовление**

1. На дно стеклянной миски выложить фасоль, на нее – нарезанные яйца. Сбрызнуть маслом.
2. Посыпать нарезанным зеленым луком.
3. Следующим слоем выложить сыр.
4. Завершить салат сухариками. Украсить зеленью и ломтиком помидора или перца.

# «Рыбки в пруду»



**Ингредиенты**

- *1 банка шпрот*
- *200 г картофеля*
- *3 яйца*
- *200 г лука*
- *150 г сыра*
- *100 мл майонеза*
- *15 г укропа*

**Подготовка продуктов**

1. Картофель и яйца отварить, очистить и натереть на терке.
2. Лук мелко нарезать, залить кипятком и оставить на 5 минут, после чего слить воду.
3. Сыр натереть на терке.
4. Шпроты открыть, оставить несколько рыбок для украшения салата, остальные размять вилкой.

**Приготовление**

1. Уложить на дно круглого блюда тертый картофель, смазать майонезом.
2. На картофель уложить лук, на него – измельченные шпроты. Слои смазывать майонезом.
3. Добавить тертое яйцо, к нему тоже добавить майонез.
4. Посыпать салат тертым сыром.
5. Аккуратно вставить в салат отложенные шпроты хвостиками вверх.
6. Украсить укропом по краю.

# «Роза»

**Ингредиенты**

- *200 г копченой курицы*
- *200 г картофеля*
- *200 г свежих шампиньонов*
- *200 г лука*
- *200 г консервированной кукурузы*
- *1 большая пачка чипсов со вкусом бекона*
- *200 мл майонеза*
- *3 ст. л. растительного масла*
- *Соль по вкусу*

**Подготовка продуктов**

1. Курицу нарезать кубиками.
2. Картофель очистить и отварить до готовности. Приготовить из него пюре.
3. Грибы вымыть и нарезать, обжарить в небольшом количестве растительного масла.
4. Лук очистить и мелко нарезать, поджарить вместе с грибами.
5. Кукурузу открыть, слить жидкость.

**Приготовление**

1. На круглую тарелку поместить слой картофельного пюре, смазать майонезом.
2. Уложить сверху грибы с луком, добавить майонез.
3. Следующий слой – кукуруза.
4. На кукурузу уложить куриное мясо, смазать майонезом и уложить на него еще один слой картофельного пюре.
5. Сформировать из чипсов розу, вставляя их в картофельное пюре. Начать с середины, где нужно использовать мелкие и завернутые чипсы, продолжить, выкладывая по бокам чипсы большего размера.

# «Подкова»

**Ингредиенты**

- *250 г говяжьего языка*
- *200 г плавленого сыра*
- *200 г яблок*
- *250 г зеленого горошка (можно замороженного)*
- *250 г кукурузы*
- *100 мл майонеза*

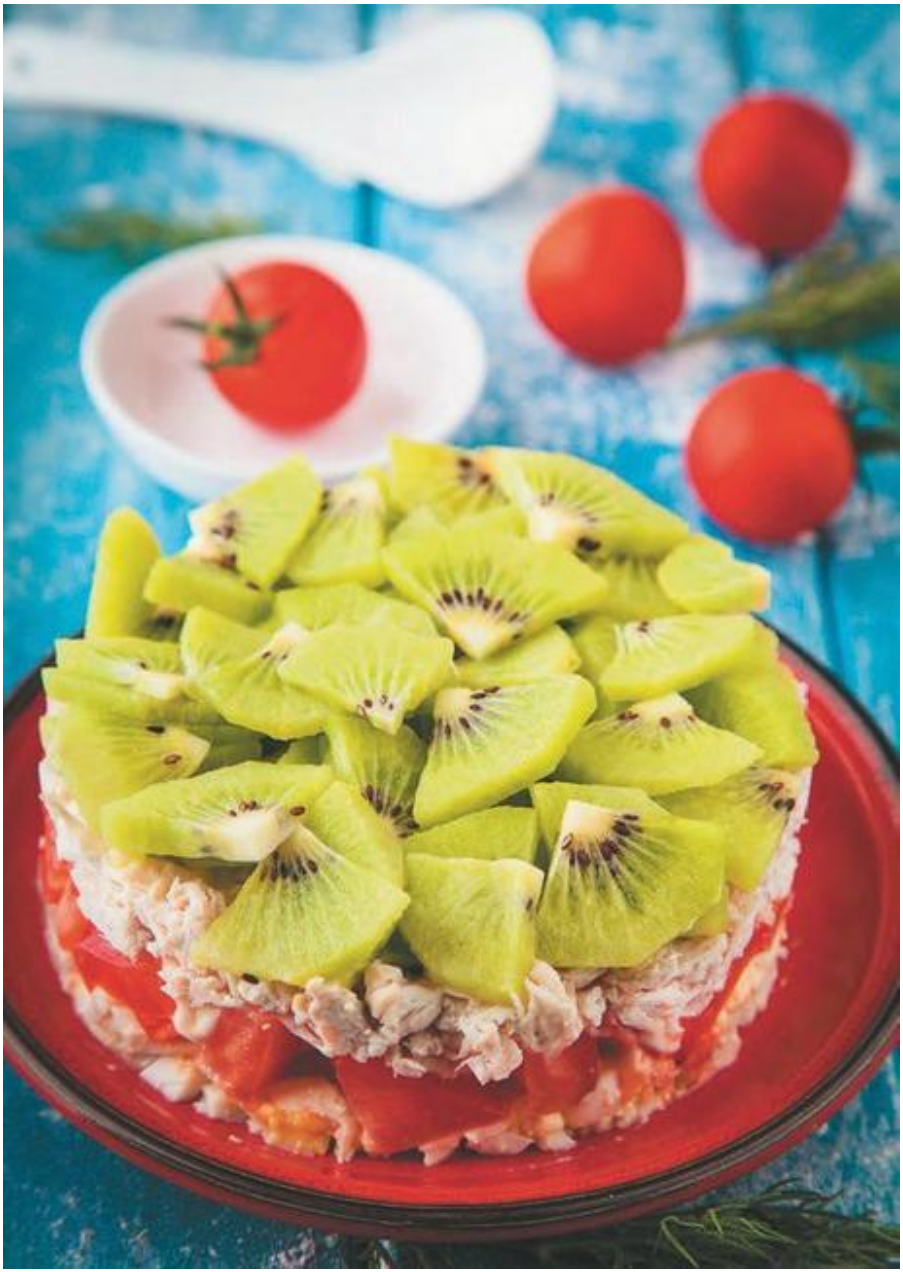
**Подготовка продуктов**

1. Язык хорошо вымыть и очистить, замочить в холодной воде на 1 час, после чего сменить воду и варить 2–4 часа, в зависимости от размера. Готовый язык переложить в холодную воду на 2–3 минуты. Очистить язык от пленок, нарезать кубиками.
2. Плавленый сыр и яблоко натереть на терке.
3. Горошек разморозить.
4. Кукурузу открыть, слить.

**Приготовление**

1. Выложить на блюдо нарезанный язык в форме подковы. Смазать майонезом.
2. Отложить по 2 ст. л. кукурузы и горошка для украшения салата, остальное выложить слоями, перемежая майонезом. Добавить яблоко.
3. Сыр смешать с оставшимся майонезом и покрыть этой смесью салат, чтобы сформировать подкову.
4. Для украшения сделать полоски из кукурузы и горошка.

# «Светофор»



**Ингредиенты**

• *250 г куриного филе*

• *200 г помидоров*
• *3 яйца*
• *2 крупных киви*
• *3 ст. л. оливкового масла*
• *2 ст. л. лимонного сока*
• *Соль, лавровый лист по вкусу*

**Подготовка продуктов**

1. Отварить куриное филе с добавлением соли и лаврового листа. Остудить и разобрать на волокна.
2. Вымыть помидоры и нарезать кубиками.
3. Отварить яйца вкрутую, очистить и нарезать некрупными кубиками.
4. Очистить киви, разрезать каждый фрукт на четыре части, каждую часть нарезать плоскими ломтиками.
5. Для соуса смешать масло и лимонный сок.

**Приготовление**

1. Установить на тарелку для подачи кулинарную форму, на дно уложить нарезанные яйца, сбрызнуть соусом.
2. Следующим слоем выложить нарезанные помидоры, затем курицу. Каждый слой смазать соусом.
3. Завершить сборку салата, украсив его ломтиками киви.

# Тыквенный салат с брынзой

**Ингредиенты**

• *500 г тыквы*
• *150 г салата айсберг*
• *100 г брынзы*
• *70 г лука*
• *4 ст. л. оливкового масла*
• *2 ст. л. лимонного сока*

**Подготовка продуктов**

1. Тыкву очистить, нарезать кубиками. Застелить противень пекарской бумагой, выложить тыкву, сбрызнуть оливковым маслом, посолить и запечь до мягкости.
2. Нарезать кубиками брынзу, салат нарвать.
3. Лук нарезать полукольцами, сбрызнуть лимонным соком.

**Приготовление**

1. На дно прозрачного стакана выложить зеленый салат, на него – кусочки запеченной тыквы.
2. Посыпать брынзой, сверху украсить луком.
3. Полить салат оставшимся оливковым маслом и лимонным соком.

# Салат с цукини и креветками

**Ингредиенты**

• *250 г цукини*

• *150 г креветок*
• *200 г помидоров*
• *150 г феты*
• *45 г зеленого лука*
• *3 ст. л. оливкового масла*

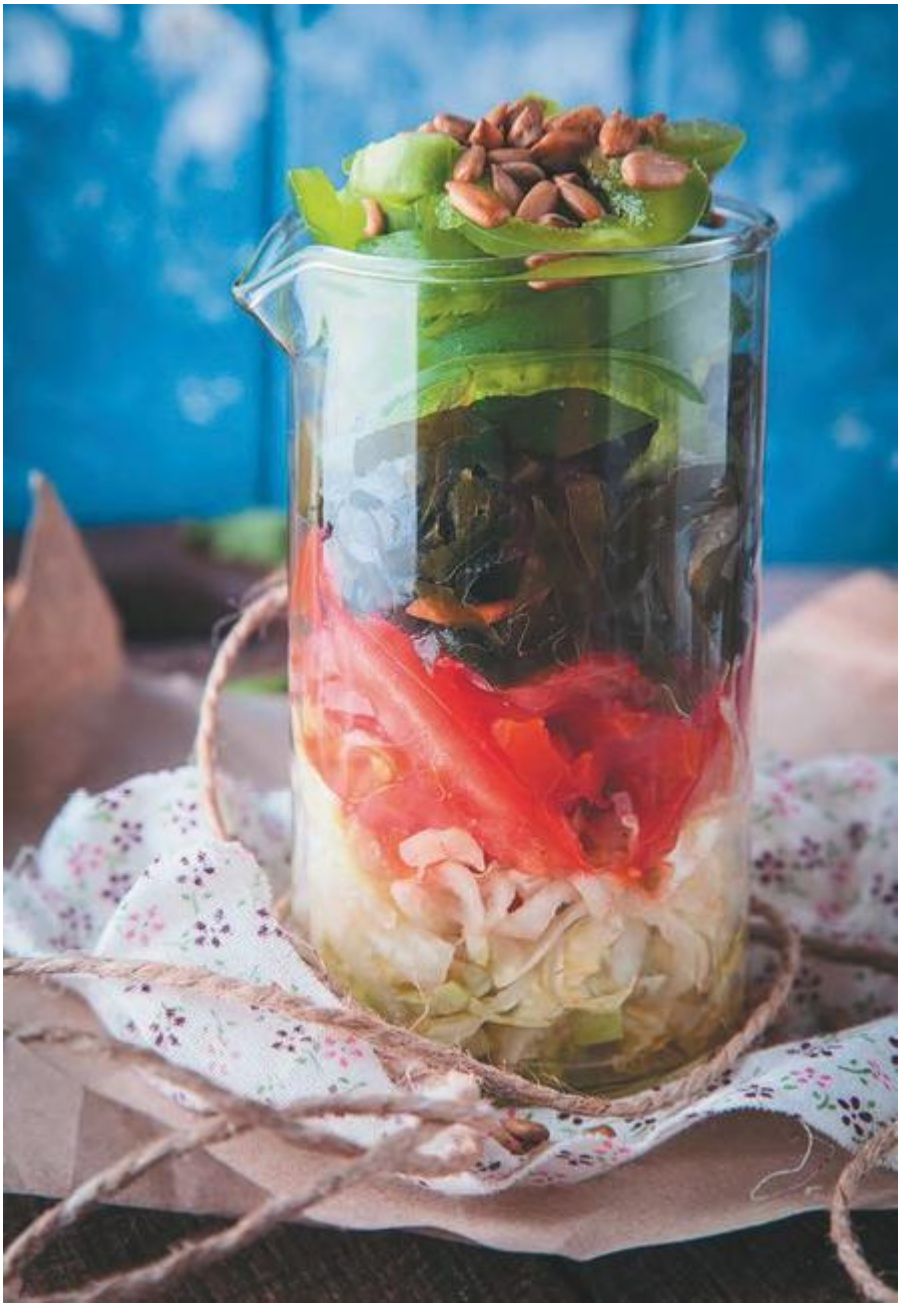
**Подготовка продуктов**

1. Вымытый цукини нарезать тонкими полосками, посолить и обжарить на оливковом масле до мягкости и золотистого цвета.
2. Креветок отварить и очистить от панциря.
3. Помидоры нарезать кубиками, перья зеленого лука измельчить.
4. Фету размять вилкой.

**Приготовление**

1. Фигурную кулинарную форму установить на блюдо, заполнить дно жареными цукини. Плотно утрамбовать.
2. Сверху уложить слой феты и зеленый лук.
3. Выложить на сыр помидоры, слегка сбрызнуть оливковым маслом.
4. Закончить сборку, украсив салат креветками.

# «Креольский»



**Ингредиенты**

• *200 г белокочанной капусты*
• *200 г сладкого перца*
• *200 г помидоров*
• *200 г морской капусты*
• *50 г семечек подсолнечника*
• *2 ст. л. растительного масла*
• *1 ст. л. яблочного уксуса*

**Подготовка продуктов**

1. Нашинковать капусту, посолить и обмять, чтобы она пустила сок.
2. Нарезать тонкими полосками перец и помидоры.
3. Семечки подсушить на сковороде до золотистого цвета.
4. Для соуса в отдельной посуде смешать масло и уксус.

**Приготовление**

1. В высокую прозрачную посуду положить белокочанную капусту, полить соусом.
2. Следующими слоями выложить помидоры, морскую капусту, перец. Все составляющие полить соусом.
3. Украсить семечками. Салат готов к подаче.

# Куриный салат с арахисом

**Ингредиенты**

- *250 г куриного филе*
- *150 г моркови*
- *170 г маринованных огурцов*
- *100 г соленого арахиса*
- *70 мл майонеза*
- *2 ст. л. оливкового масла*

**Подготовка продуктов**

1. Филе обжарить на оливковом масле и нарезать кубиками.
2. Обернуть морковь фольгой и запечь в духовке до готовности. После этого очистить и натереть на терке.
3. Огурцы нарезать кубиками.

**Приготовление**

1. Установить кулинарную форму на тарелку для подачи. Выложить курицу нижним слоем салата, смазать майонезом.
2. На курицу уложить слой нарезанных огурцов, а на них – тертую морковь, оба слоя смазать майонезом.
3. Посыпать салат орехами и подать.

# Салат с крыжовником и горбушей

**Ингредиенты**

• *250 г горбуши*

- *150 г крыжовника*
- *150 г сливочного сыра*
- *70 г рукколы*
- *1 ст. л. сахара*
- *1 ч. л. соли*
- *2 ст. л. уксуса*
- *2 ст. л. оливкового масла*

**Подготовка продуктов**

1. Приготовить маринад для крыжовника: смешать сахар, соль и уксус, добавить 200 мл кипятка. Залить ягоды маринадом. Дать постоять сутки.
2. Обжарить филе горбуши на сковороде, разобрать на кусочки.
3. Сливочный сыр размять вилкой.

**Приготовление**

1. На дно установленного на тарелку кулинарного кольца уложить слой сливочного сыра.
2. Сверху положить листья рукколы, на них – кусочки горбуши. Покрыть рыбу еще одним слоем сыра.
3. Сформировать верхушку салата, выложив по всей поверхности ягоды крыжовника.

# «Виртуоз»

**Ингредиенты**

*• 350 г свиной вырезки*
*• 250 г свежих спелых слив*
*• 150 г чернослива*
*• 400 г апельсинов*
*• 3 ст. л. оливкового масла*
*• Соль, специи по вкусу*

**Подготовка продуктов**

1. Отварить мясо, добавив соль и специи. Остудить и нарезать полосками.

2. Свежие сливы отделить от косточек и нарезать дольками.

3. Чернослив залить кипятком, дать постоять 15–20 минут, после чего промыть и нарезать полосками.

4. Очистить апельсины от кожуры, острым ножом вырезать мякоть долек. Отложить две трети для салата, а из трети выдавить сок, он станет основой для соуса.

5. Смешать апельсиновый сок и оливковое масло.

**Приготовление**

1. На дно прозрачной посуды положить нарезанное мясо, посыпать крупной солью и щедро сдобрить соусом.

2. На мясо выложить свежие сливы и чернослив, добавить соус.

3. Завершить сборку салата, добавив дольки апельсина. Блюдо готово к подаче.

# Салат с печеным перцем и вешенками

**Ингредиенты**

- *300 г куриного филе*
- *300 г сладкого перца разного цвета*
- *250 г вешенок*
- *150 г лука*
- *50 г укропа*
- *1 ст. л. меда*
- *2 ст. л. оливкового масла*
- *1 ст. л. бальзамического уксуса*

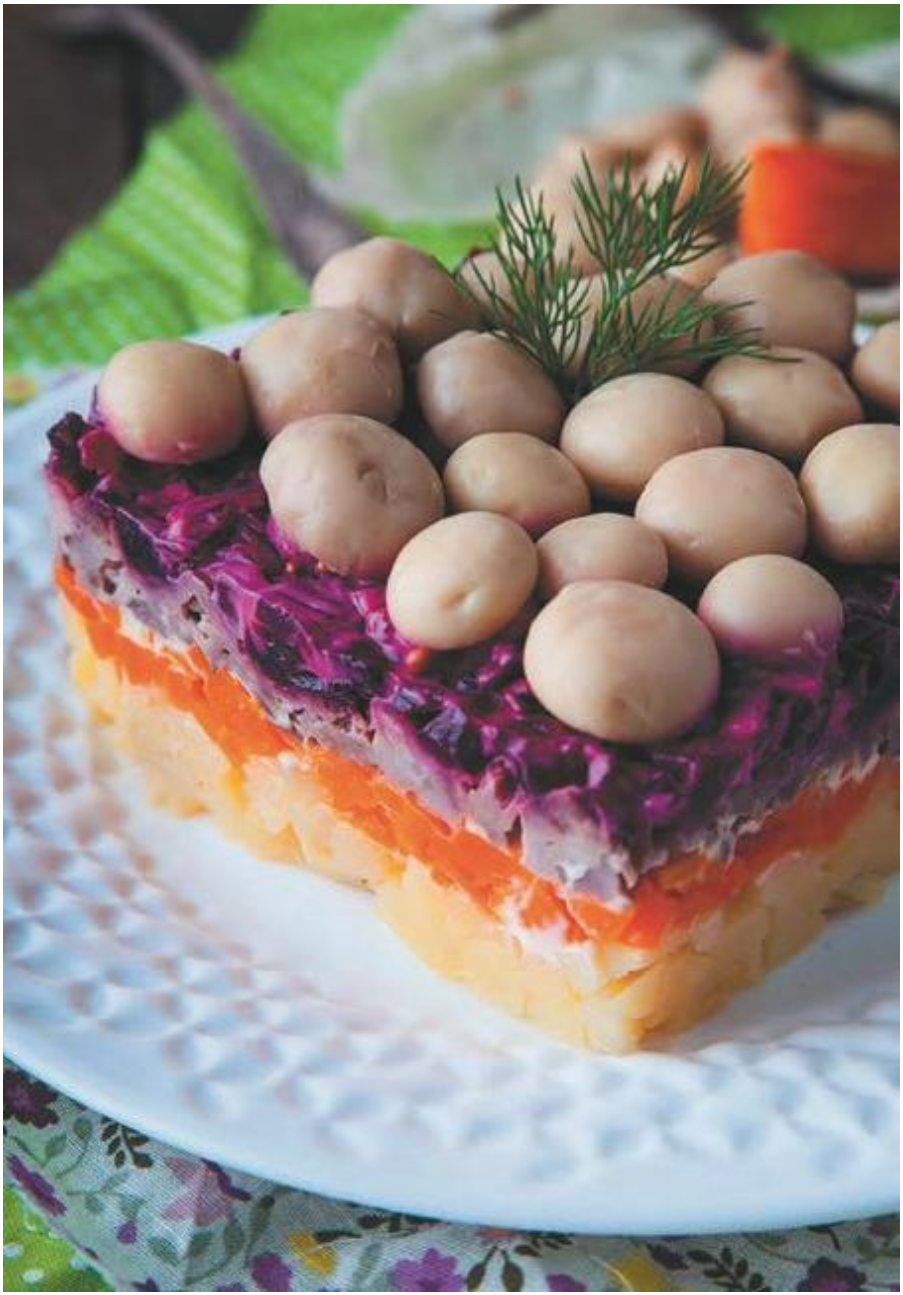
**Подготовка продуктов**

1. Вымыть и высушить перец, наколоть вилкой в нескольких местах, обернуть фольгой и отправить в духовку, разогретую до 150 ˚С, на 35 минут. Затем сложить в пакет, плотно его закрыть и оставить на 10 минут. Очистить перец от кожицы и нарезать пластинками.
2. Промыть филе, посолить, обжарить на раскаленной сковороде, после чего переложить в форму для запекания и отправить в духовку к перцу на 15 минут. Охладить и нарезать вдоль по диагонали пластинами.
3. Нарезать грибы пластинками и обжарить до золотистого цвета.
4. Тонкими полукольцами нарезать лук, укроп измельчить.
5. Приготовить соус: мед, масло и бальзамический уксус смешать венчиком до однородности.

**Приготовление**

1. На порционную тарелку выложить слой курицы, смазать соусом.
2. Накрыть курицу кусочками перца, также смазать соусом.
3. Далее выложить грибы и оставшийся перец, смазывая слои соусом.
4. Сверху положить полукольца лука и укроп. Салат готов.

# «Грибная поляна»



**Ингредиенты**

- *400 г говядины*
- *300 г картофеля*
- *200 г моркови*
- *250 г свеклы*
- *285 г маринованных грибов*
- *150 мл майонеза*
- *Соль, специи по вкусу*

**Подготовка продуктов**

1. Говядину промыть, залить очень горячей водой, довести до кипения, затем воду слить. После чего залить горячей водой повторно и варить около 50 минут. За 5 минут до готовности посолить и добавить специи по вкусу. Готовое мясо остудить и нарезать мелкими кубиками.
2. Отварить картофель, морковь и свеклу в отдельных кастрюлях до готовности. Готовые овощи очистить и натереть на терке.
3. Открыть маринованные грибы, слить жидкость.

**Приготовление**

1. Установить кулинарную форму на тарелку для подачи. Выложить слой картофеля, смазать майонезом.
2. Следующими слоями выложить морковь и мясо, также смазать майонезом.
3. В отдельной посуде смешать свеклу и оставшийся майонез. Это будет следующий слой салата.
4. Завершить приготовление, выложив на салат целые грибы шапочками вверх. Снять форму и подать.

# Грибы под шубой

**Ингредиенты**

- *350 г картофеля*
- *250 г грибов*

- *3 яйца*
- *250 г плавленого сыра*
- *150 г твердого сыра*
- *100 г укропа*
- *1 зубчик чеснока*
- *Сливочное масло для жарки грибов*

**Подготовка продуктов**

1. Отварить картофель, остудить и натереть на терке.
2. Грибы вымыть, очистить и нарезать тонкими пластинками. Растопить на сковороде сливочное масло и обжарить грибы до золотистого цвета.
3. Отварить яйца вкрутую, очистить и нарезать. В кухонном процессоре приготовить однородную пасту из яиц, чеснока, плавленого сыра и укропа.
4. Твердый сыр натереть на мелкой терке.

**Приготовление**

1. Установить кулинарное кольцо на тарелку для подачи. Заполнить ее на четверть тертым картофелем.
2. Уложить сверху жареные грибы, на них – сырно-яичную пасту.
3. Покрыть салат шапочкой тертого твердого сыра, снять кольцо и подать салат.

# «Дела сердечные»

**Ингредиенты**

• *250 г куриных или индюшиных сердечек*
• *100 г риса*
• *250 г стручковой фасоли*
• *200 г моркови*
• *150 г ялтинского лука*
• *100 мл майонеза*
• *Соль, перец по вкусу*

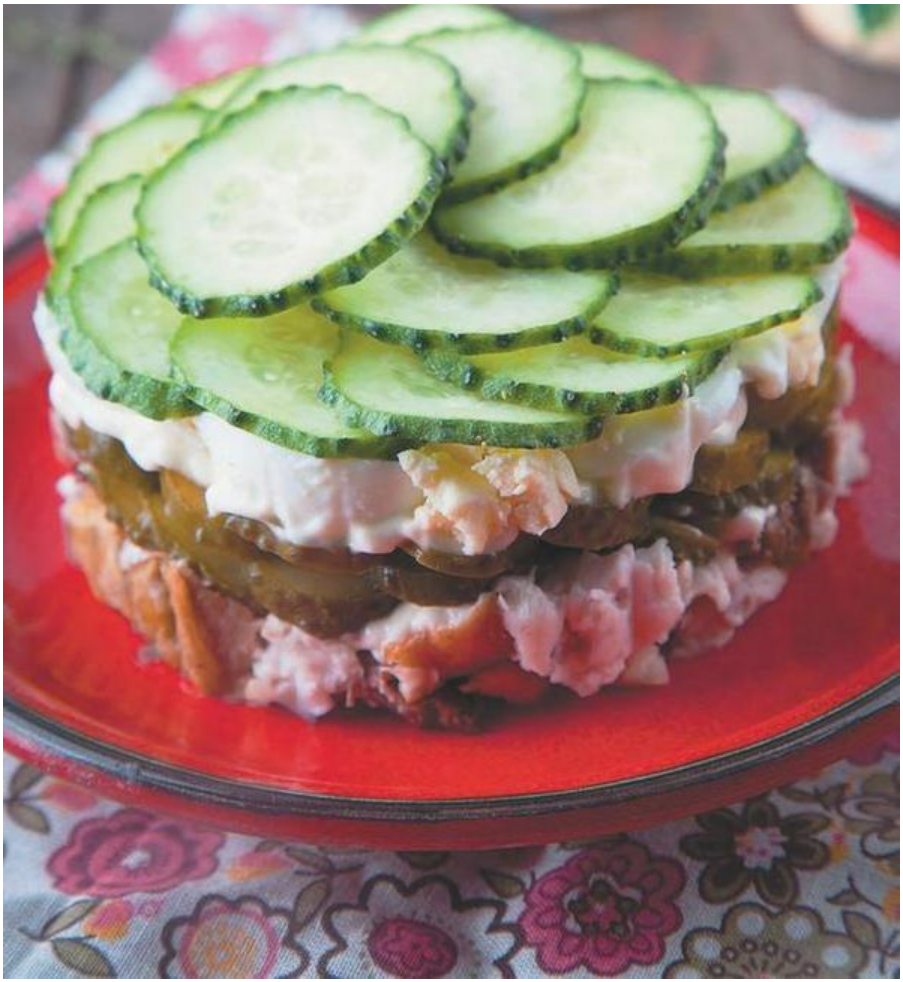
**Подготовка продуктов**

1. Сердечки очистить от сосудов и жира, отварить, добавив соль и перец. Нарезать их пластинками.
2. Отварить и остудить рис.
3. Отварить фасоль и морковь. Морковь нарезать полукольцами.
4. Лук нарезать тонкими полосками.

**Приготовление**

1. Установить высокую кулинарную форму на тарелку для подачи. На дно уложить рис и смазать его майонезом.
2. Следующими слоями выложить лук и морковь, также смазывая их майонезом.
3. На морковь положить нарезанные сердечки, добавить майонез, сверху уложить фасоль. Аккуратно снять форму. Салат готов к подаче.

# «Маргарита»



**Ингредиенты**

- *250 г копченого куриного мяса*
- *150 г маринованных огурцов*
- *150 г свежих огурцов*
- *4 яйца*
- *70 мл майонеза*

**Подготовка продуктов**

1. Копченую курятину нарезать кубиками.

2. Маринованные и свежие огурцы нарезать тонкими кружочками.

3. Яйца отварить, очистить и нарезать кубиками.

**Приготовление**

1. На блюдце установить кулинарную форму, заполнить ее на четверть куриным мясом. Добавить майонез.

2. Уложить на курицу слой маринованных огурцов, смазать майонезом.

3. Следующий слой – яйца с майонезом. Верх салата украсить кружочками свежих огурцов. Снять форму и подать салат.

# «Наполеон»

**Ингредиенты**

- *230 г консервированной скумбрии*
- *200 г моркови*
- *100 г крекеров*
- *70 мл майонеза*
- *30 г укропа*

**Подготовка продуктов**

1. Отварить морковь, очистить и измельчить в блендере. Смешать с половиной майонеза.

2. Открыть скумбрию, слить жидкость, размять рыбу вилкой. Мелко нарезать укроп и смешать его с рыбой и оставшимся майонезом.

**Приготовление**

1. На тарелку для подачи ровным слоем выложить печенье, смазать пастой из рыбы.

2. Повторить слой печенья, а на него – пасту из моркови.

3. Чередовать слои, пока не закончатся продукты. Украсить укропом.

# Немецкий картофельный салат

**Ингредиенты**

• *300 г картофеля*

- *250 г творога*
- *150 г помидоров*
- *150 г редиса*
- *70 г зелени*
- *70 мл сметаны*
- *50 г дижонской горчицы*

**Подготовка продуктов**

1. Отварить картофель в мундире. Очистить и нарезать кружочками.
2. Помидоры и редис также нарезать кружочками.
3. При помощи кухонного комбайна или блендера приготовить пасту из творога, сметаны, зелени и горчицы.

**Приготовление**

1. На дно установленного на тарелку кулинарного кольца уложить кружочки картофеля. Покрыть их творожной пастой.
2. Далее выложить помидоры, на них – еще один слой творожной пасты.
3. Завершить сборку салата, украсив верхушку кружочками редиса. Снять кольцо.

# Оранжевый салат

**Ингредиенты**

• *300 г куриного филе*
• *280 г кукурузы*
• *200 г твердого сыра*
• *150 г кураги*
• *100 мл майонеза*
• *1 ч. л. порошка карри*
• *Грецкие орехи для украшения*

**Подготовка продуктов**

1. Отварить куриное филе, остудить и нарезать мелкими кубиками.
2. Открыть кукурузу и слить жидкость.
3. Мелко натереть сыр.
4. Курагу нарезать полосками.
5. Для соуса смешать майонез и карри.

**Приготовление**

1. На дно кулинарной формы, установленной на сервировочное блюдо, положить нарезанную курицу, смазать соусом.
2. Выложить кукурузу и сыр, также смазав соусом.
3. На сыр уложить полоски кураги, снять кольцо, украсить орехами и подать.

# «Принцесса»

**Ингредиенты**

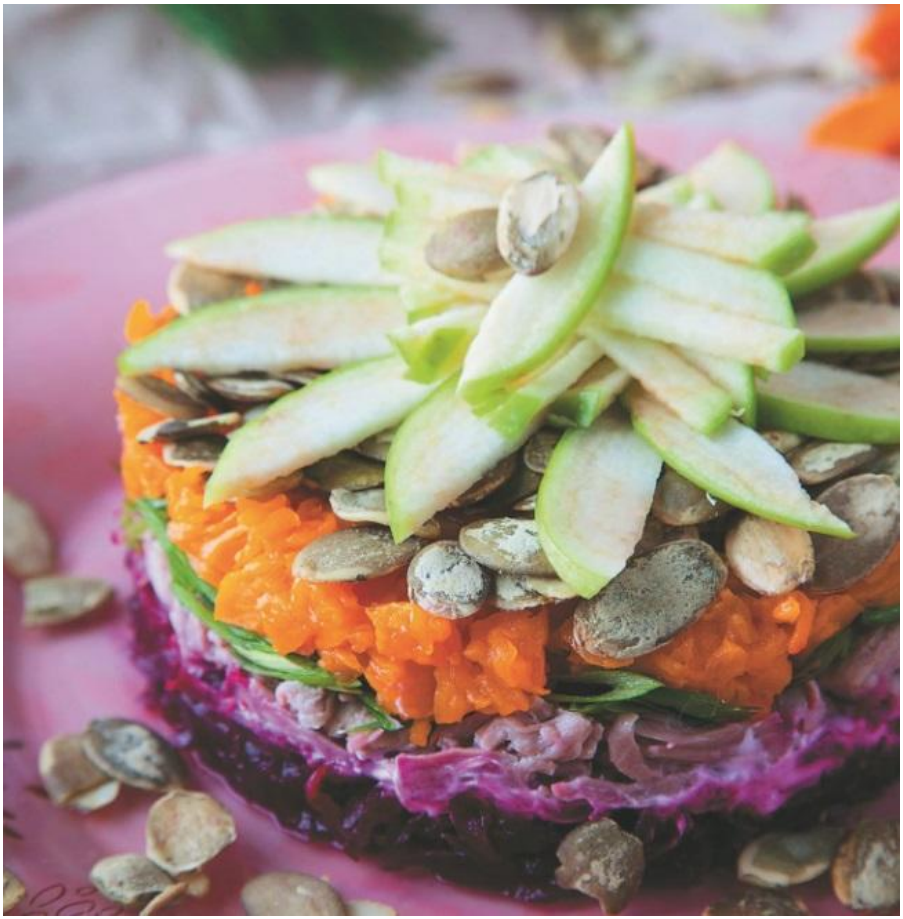
- *250 г говядины*
- *250 г свеклы*
- *200 г моркови*
- *150 г зеленых яблок*
- *50 г зеленого лука*
- *70 г тыквенных семечек*
- *100 мл майонеза*

**Подготовка продуктов**

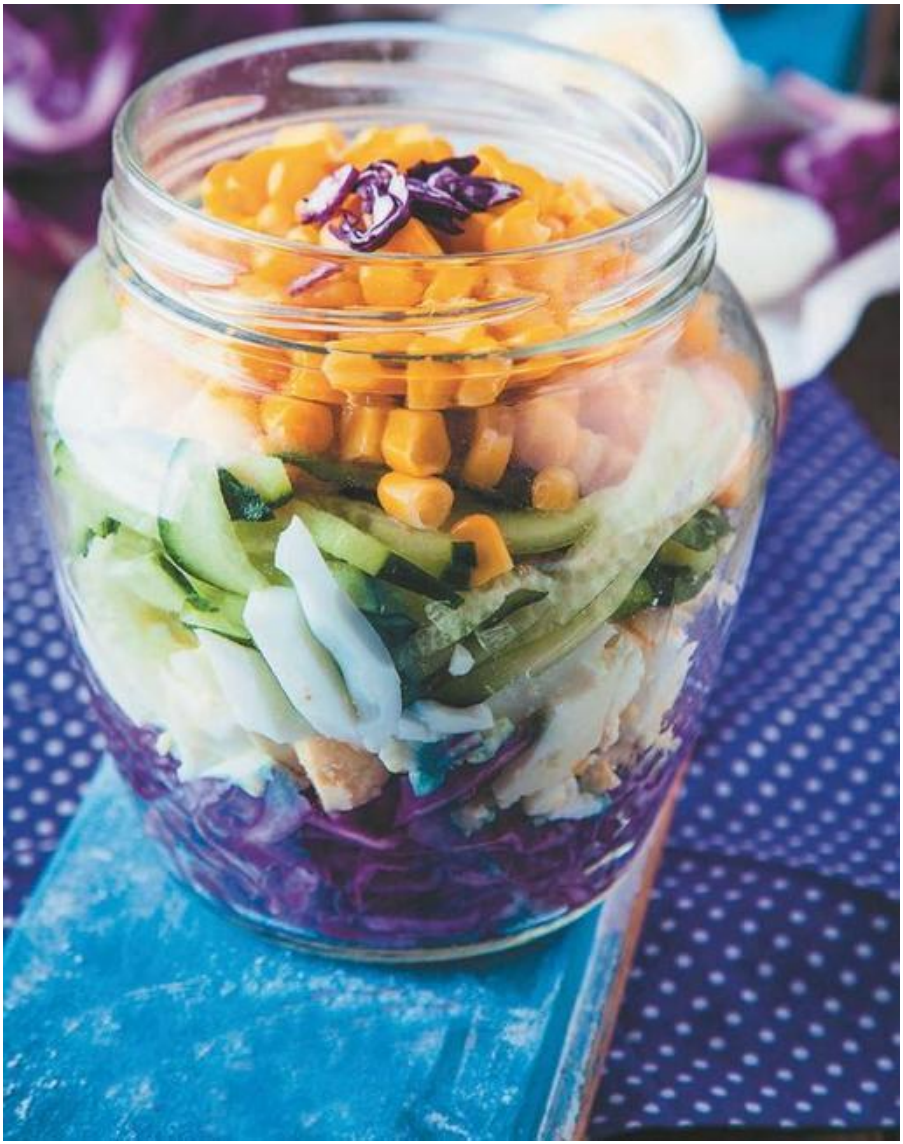
1. Говядину отварить до готовности, остудить и нарезать мелкими кубиками.
2. Отварить морковь и свеклу в отдельных кастрюлях. Готовые овощи очистить и натереть на терке.
3. Яблоко нарезать тонкими ломтиками.
4. Зеленый лук мелко нарезать.

**Приготовление**

1. Установить кулинарную форму на тарелку для подачи. Выложить слой свеклы, смазать его майонезом.
2. Далее выложить мясо, зеленый лук и морковь, смазывая каждый слой майонезом.
3. Морковь посыпать тыквенными семечками, украсить салат ломтиками яблока. Подать, пока яблоко не потемнело.



# «Просто и вкусно»



**Ингредиенты**

- *200 г краснокочанной капусты*
- *200 г огурцов*
- *220 г кукурузы*
- *4 яйца*

• *3 ст. л. растительного масла*
• *Соль по вкусу*

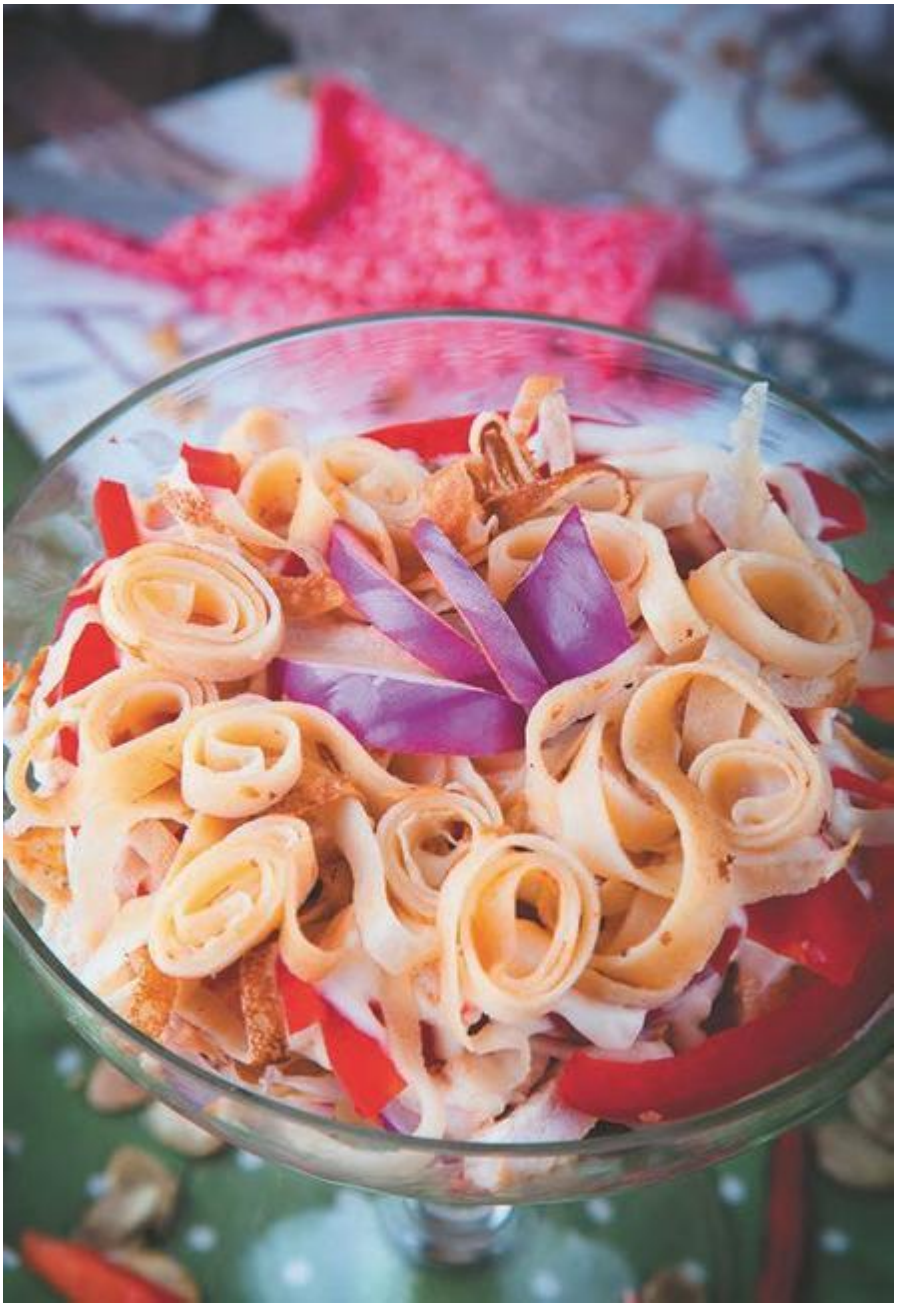
**Подготовка продуктов**

1. Капусту мелко нашинковать, посолить.
2. Огурцы нарезать тонкими полосками.
3. С кукурузы слить жидкость.
4. Яйца отварить, очистить и нарезать тонкими полосками.

**Приготовление**

1. На дно прозрачной посуды выложить капусту.
2. На капусту – яйца, огурцы и кукурузу.
3. Сдобрить салат маслом и посолить.

# Салат с блинчиками



**Ингредиенты**

- *300 г копченой куриной грудки*
- *200 г маринованных огурцов*
- *250 г сладкого перца*
- *150 г ялтинского лука*
- *300 мл молока*
- *2 яйца*
- *120 г муки*
- *1 ст. л. сливочного масла*
- *1 ст. л. сахара*
- *½ ч. л. соли*
- *100 мл майонеза*

**Подготовка продуктов**

1. Нарезать длинными полосками курицу, огурцы, перец и лук.

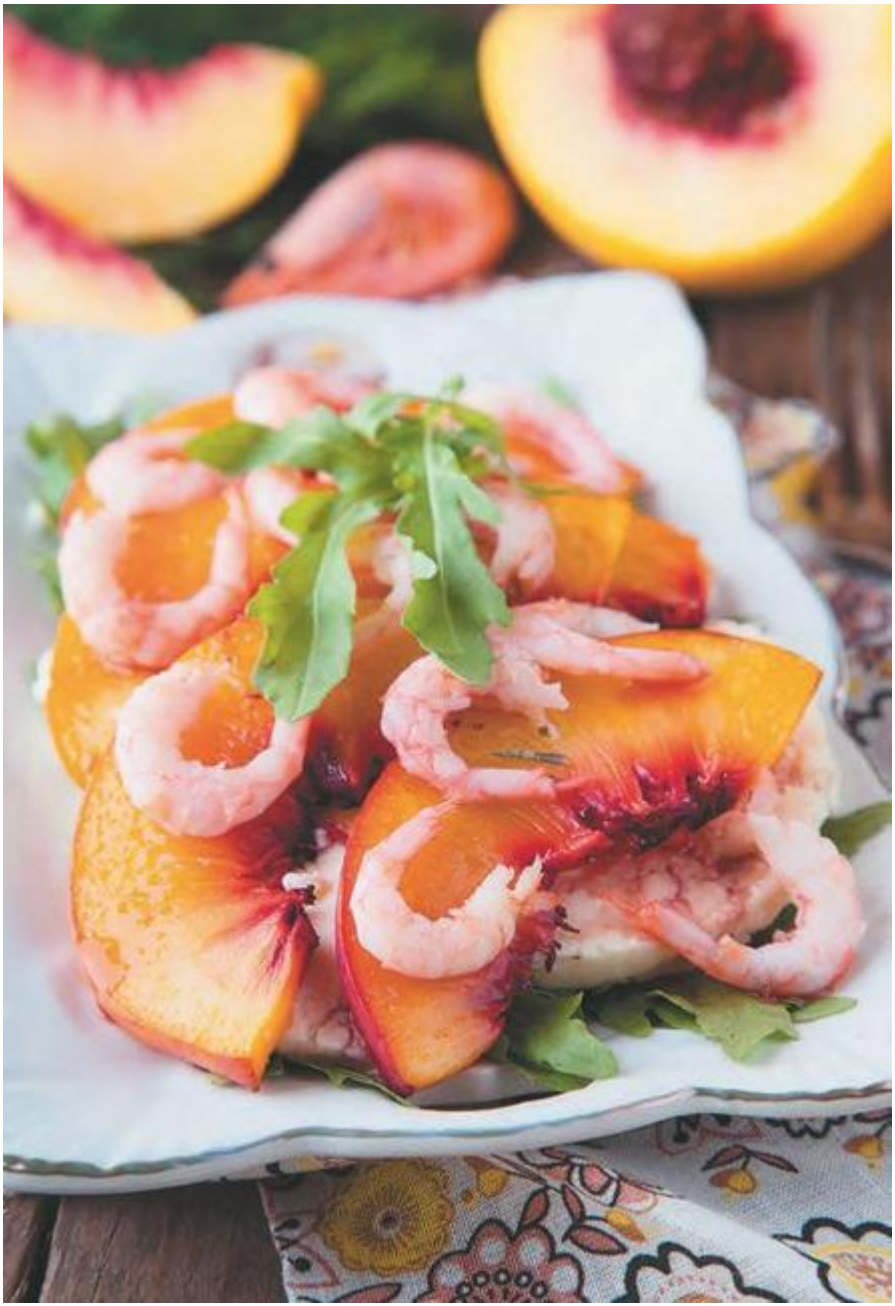
2. Взбить яйца с солью и сахаром, добавить к смеси половину молока. Просеять в ёмкость муку и перемешать тесто. Добавить оставшееся молоко. Растопить масло и влить его в тесто. Пожарить блинчики на хорошо разогретой сковороде. Свернуть их в трубочки и нарезать вдоль, чтобы получились красивые спирали.

**Приготовление**

1. На дно прозрачной посуды выложить полоски огурцов, лук, курицу, на курицу – перец, смазывая все слои майонезом.

2. Аккуратно, стараясь не раскрутить, выложить верх салата блинными спиралями.

# Салат с креветками и персиками



**Ингредиенты**

- *250 г персиков*
- *150 г креветок*
- *250 г сыра с плесенью*
- *150 рукколы*
- *3 ст. л. оливкового масла*
- *2 ст. л. бальзамического уксуса*
- *1 ч. л. меда*

**Подготовка продуктов**

1. Персики вымыть и нарезать тонкими ломтиками. Хорошо разогреть сковороду, смазать ее маслом и слегка обжарить персики.
2. Креветок отварить, очистить от панциря.
3. Нарезать сыр тонкими пластинками.
4. Рукколу вымыть и обсушить.
5. Для соуса смешать масло, бальзамический уксус и мед.

**Приготовление**

1. На блюдо для подачи выложить рукколу, на нее – пластинки сыра. Полить соусом.
2. Далее выложить ломтики персиков, также полить соусом.
3. На персики положить креветок, добавить оставшийся соус и подать.

# Салат с печенью и виноградом

**Ингредиенты**

- *300 г куриной или индюшиной печени*
- *200 г сельдерея*
- *150 г лука*
- *100 г твердого сыра*
- *70 г зеленого винограда*
- *3 ст. л. растительного масла*

**Подготовка продуктов**

1. Печень вымыть и очистить от сосудов и пленок. Нарезать некрупными кусками, обжарить вместе с нарезанным полукольцами луком.
2. Сельдерей нарезать брусочками и обжарить отдельно от печени.
3. Сыр натереть на мелкой терке.
4. Виноград разрезать на половинки.

**Приготовление**

1. Установить кулинарное кольцо на тарелку. Наполнить его на треть жареным сельдереем.
2. Сверху уложить слой печени с луком.
3. Сделать верхушку из тертого сыра и украсить салат виноградом.

# Сырный салат с облепихой

**Ингредиенты**

- *250 г куриного филе*
- *200 г мягкого сливочного сыра или творога*
- *150 г облепихи*
- *150 г помидоров*
- *50 г укропа*
- *3 ст. л. оливкового масла*
- *Соль по вкусу*

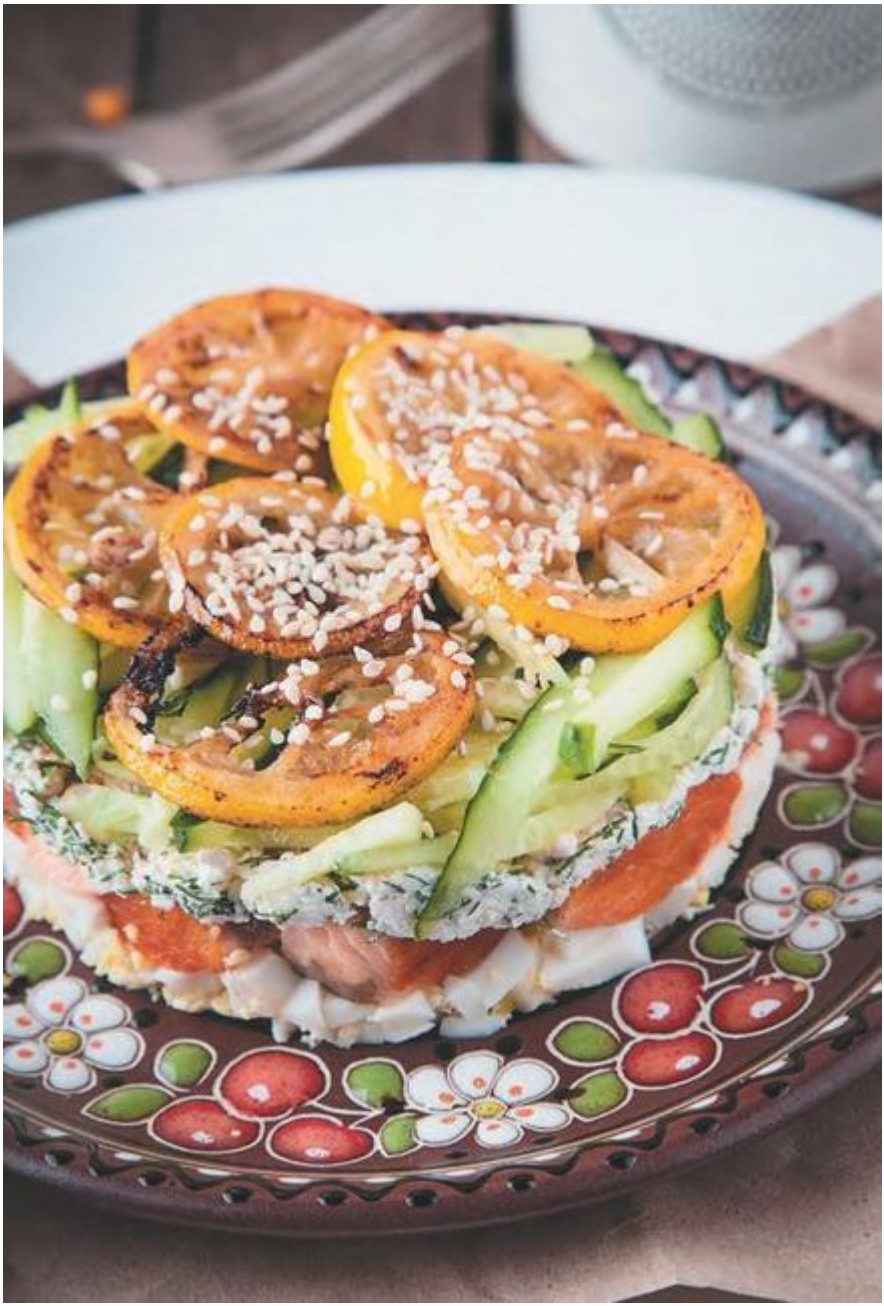
**Подготовка продуктов**

1. Отварить курицу до готовности, остудить, мелко нарезать, приправить маслом и солью.
2. Нарезать помидор кружочками.
3. Измельчить укроп и смешать его с сыром.
4. Вымыть и обсушить облепиху.

**Приготовление**

1. Поставить на тарелку кулинарное кольцо, уложить в него слой куриного мяса.
2. Сверху выложить кружочки помидоров, на них – слой сырно-укропной пасты.
3. Посыпать салат облепихой и подать.

# «Филадельфия»



**Ингредиенты**

• *250 г лосося или горбуши*
• *150 г сыра филадельфия*
• *200 г огурцов*
• *4 яйца*
• *1 лимон*
• *70 мл оливкового масла*
• *50 г укропа*
• *Кунжут для украшения*

**Подготовка продуктов**

1. Обжарить рыбу на небольшом количестве оливкового масла до золотистой корочки. Мелко нарезать.
2. Огурцы нарезать тонкими полосками.
3. Яйца отварить вкрутую, очистить, нарезать кубиками.
4. Лимон нарезать тонкими кружочками и обжарить до мягкости.
5. Укроп измельчить, смешать с сыром до образования однородной пасты.

**Приготовление**

1. Заполнить дно кулинарной формы нарезанными яйцами, выложить сверху рыбу, сбрызнуть оливковым маслом.
2. Сделать следующий слой из сыра с зеленью, на него выложить огурцы. Добавить немного масла.
3. Сверху выложить кружочки лимона, украсить кунжутом.

# «Элегия»

**Ингредиенты**

• *200 г креветок*
• *70 г риса*
• *150 г огурцов*
• *2 яйца*
• *50 г укропа*
• *100 мл сметаны или йогурта*
• *Соль по вкусу*

**Подготовка продуктов**

1. Отварить креветок с добавлением соли, очистить.
2. Приготовить рис, остудить.
3. Отварные яйца нарезать мелкими кубиками.
4. Огурцы нарезать полукруглыми ломтиками.
5. Укроп измельчить.

**Приготовление**

1. Установить кулинарную форму на тарелку для подачи, сделать основу салата из риса, смазать сметаной, посолить.
2. Вторым слоем выложить огурцы, к ним также добавить соль и сметану.
3. На огурцы выложить яйца, добавить сметану и посыпать укропом.
4. Украсить салат креветками.

# Яркий овощной салат

**Ингредиенты**

- *150 г огурцов*
- *150 г редиса*
- *150 г сладкого перца (лучше желтого)*
- *100 г салата айсберг*
- *100 мл греческого йогурта*
- *Соль по вкусу*

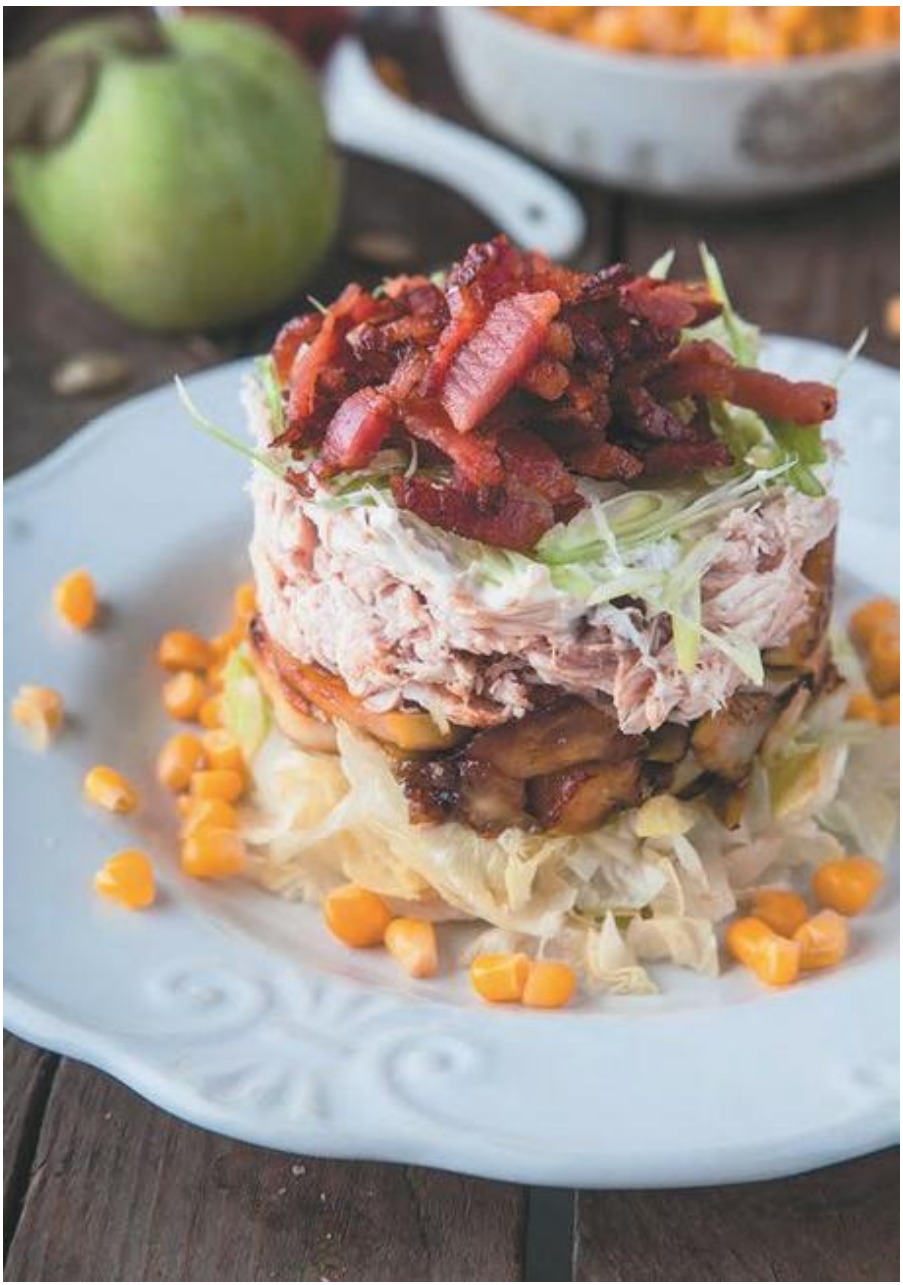
**Подготовка продуктов**

1. Огурцы и редис нарезать кружочками, сладкий перец – кольцами.
2. Салат мелко порвать.

**Приготовление**

1. Заполнить салатом кулинарную форму наполовину, добавить йогурт, посолить.
2. Выложить кольца перца, а на них – попеременно кружочки редиса и огурца. Простая и универсальная закуска готова!

# «Феликс»



**Ингредиенты**

- *250 г куриного филе*
- *200 г зеленых яблок*
- *70 г бекона или копченой грудинки*
- *150 г салата айсберг*
- *100 г консервированной кукурузы*
- *50 г зеленого лука*
- *70 мл майонеза*
- *Щепотка сахара*
- *Соль, специи по вкусу*

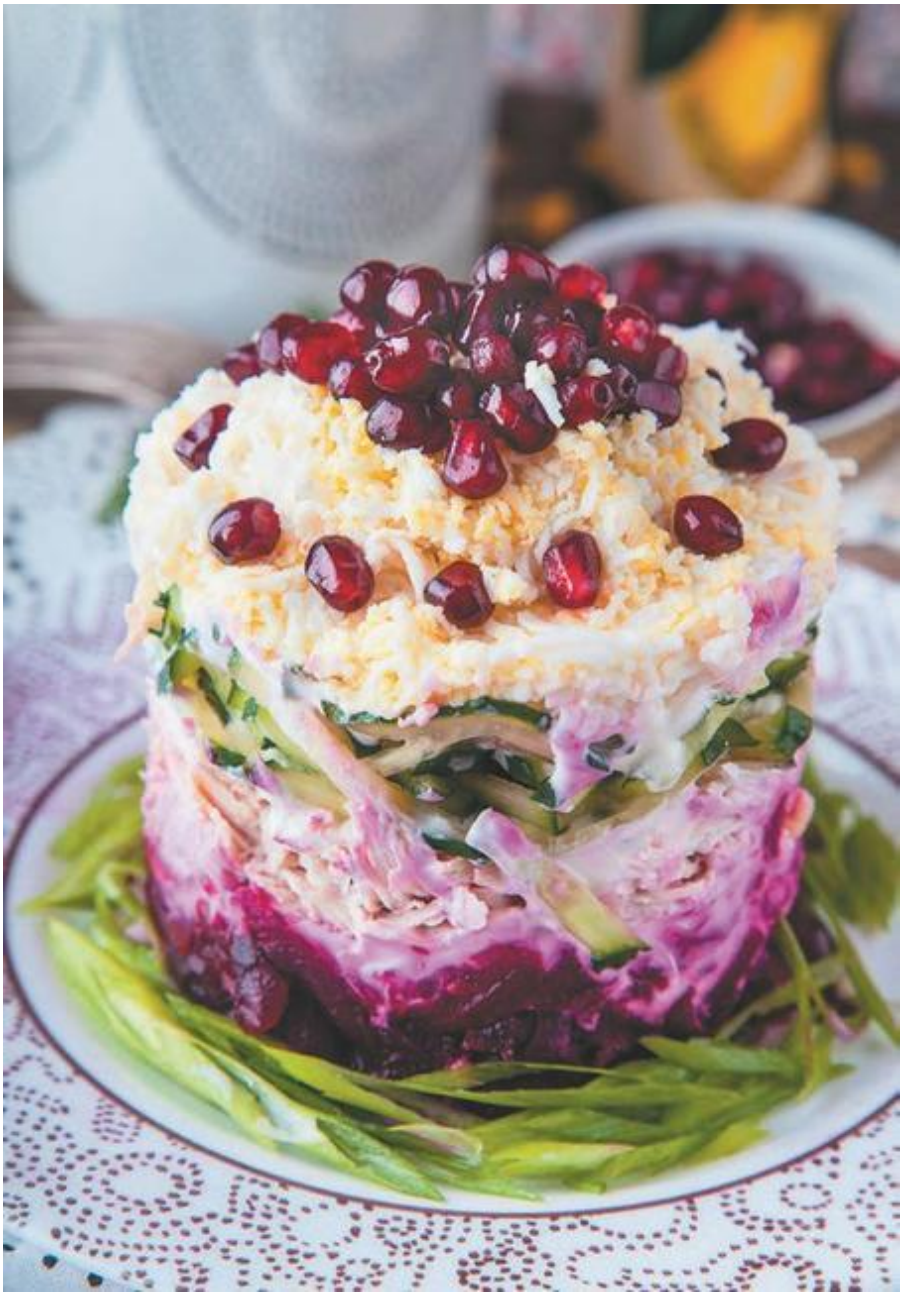
**Подготовка продуктов**

1. Отварить куриное филе с добавлением специй. Разобрать на волокна или мелко нарезать.
2. Нарезать тонкими полосками бекон, обжарить на сухой сковороде. Выложить на бумажную салфетку, чтобы впитался лишний жир.
3. Нарезать полосками яблоки, обжарить, используя оставшийся после жарки бекона жир, добавить щепотку сахара и щепотку соли.
4. Мелко нарезать салат и зеленый лук.
5. Открыть кукурузу и слить лишнюю жидкость.

**Приготовление**

1. На тарелку для подачи установить кулинарное кольцо, заполнить его на четверть нарезанным салатом, аккуратно смазать небольшим количеством майонеза.
2. Выложить жареные яблоки, на них – куриное мясо. Смазать майонезом и посыпать зеленым луком.
3. Сверху салата выложить бекон, по краям – кукурузу.

# «Астра»



**Ингредиенты**

- *250 г куриного филе*
- *250 г свеклы*
- *150 г огурцов*
- *3 яйца*
- *70 г зерен граната*
- *50 г зеленого лука*
- *100 мл майонеза*

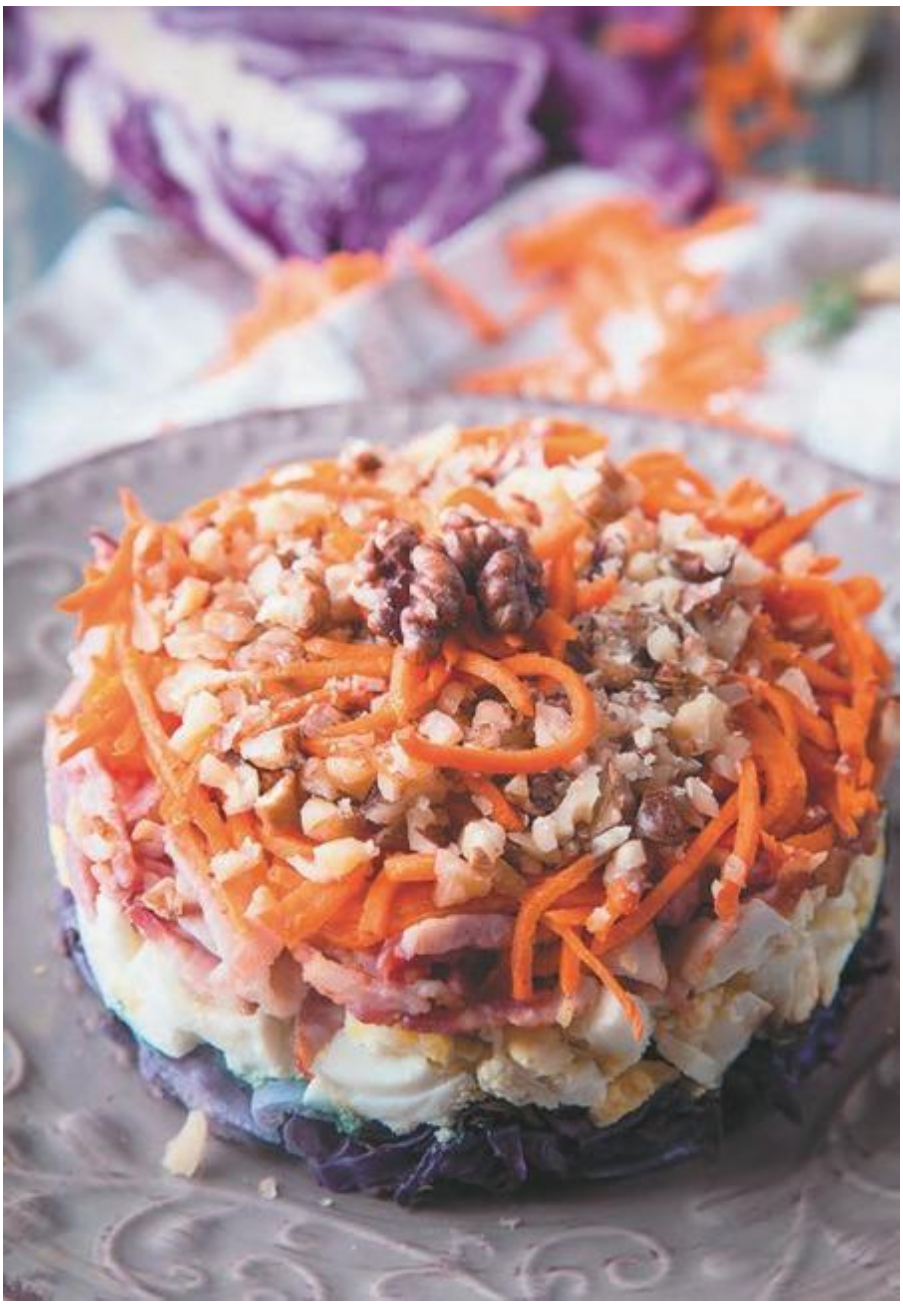
**Подготовка продуктов**

1. Отварить куриное филе, мелко нарезать или разобрать на волокна.
2. Отварить свеклу до готовности, остудить, очистить и натереть на крупной терке.
3. Отварные яйца натереть на мелкой терке.
4. Огурцы и зеленый лук нарезать тонкими полосками.

**Приготовление**

1. Высокую кулинарную зубчатую форму наполнить тертой свеклой на треть, смазать майонезом.
2. Добавить измельченное куриное филе, также смазать майонезом.
3. Выложить слой нарезанных огурцов, добавить соус.
4. Верхним слоем будут натертые яйца.
5. Украсить салат зернами граната и подать.

# «Рыжик»



**Ингредиенты**

- *250 г краснокочанной капусты*
- *100 г бекона или копченой грудинки*
- *4 яйца*
- *150 г моркови по-корейски*
- *100 г грецких орехов*
- *70 мл майонеза*
- *Щепотка сахара*
- *Соль по вкусу*

**Подготовка продуктов**

1. Тонкими полосками нарезать бекон, обжарить на сухой сковороде. Выложить на бумажную салфетку, чтобы впитался лишний жир.
2. Нашинковать капусту и обжарить на оставшемся после жарки бекона жире с добавлением щепотки сахара и соли.
3. Отварить яйца, очистить и нарезать полосками.
4. Измельчить орехи острым ножом.

**Приготовление**

1. На дно установленного на тарелку кулинарного кольца уложить слой жареной капусты, смазать майонезом.
2. Следующим слоем выложить нарезанные яйца, добавить к ним майонез.
3. Добавить слой бекона, на него выложить морковь по-корейски.
4. Посыпать салат орехами и подать.

# Салат с брюссельской капустой

**Ингредиенты**

• *200 брюссельской капусты*

- *150 г копченой курицы*
- *150 г помидоров*
- *100 г лука*
- *2 ст. л. уксуса*
- *1 ч. л. соли*
- *1 ч. л. сахара*
- *70 мл майонеза*

**Подготовка продуктов**

1. Отварить капусту в подсоленной воде, остудить, разрезать мелкие соцветия пополам, крупные – на четыре части.

2. Курицу нарезать кубиками, помидоры кружочками, лук – тонкими полукольцами.

3. Приготовить маринад из 100 мл кипятка, уксуса, сахара и ½ ч. л. соли. Залить частью маринада капусту, а частью – нарезанный лук. Оставить лук на 5 минут, капусту – на 15, после чего откинуть продукты на дуршлаг.

**Приготовление**

1. Установить кулинарную форму на блюдо для подачи. Первый слой салата – курица, смазанная майонезом.

2. На курицу выложить маринованный лук, смазать майонезом, далее – кружочки помидоров, тоже смазать майонезом.

3. Закончить сборку салата, красиво уложив брюссельскую капусту срезами вниз.

# «Сказка»

**Ингредиенты**

- *250 г сладкого перца*
- *150 г ветчины*
- *150 г соленых огурцов*
- *4 яйца*
- *3 ст. л. растительного масла*

**Подготовка продуктов**

1. Вымыть и высушить перец, наколоть его вилкой в нескольких местах и запечь в духовке. Затем сложить в пакет, плотно его закрыть и оставить на 10 минут. Очистить перец от кожицы и нарезать полосками.
2. Нарезать кубиками ветчину и огурцы.
3. Приготовить из яиц глазунью.

**Приготовление**

1. Этот салат лучше всего собирать порционно, количество порций должно соответствовать количеству яиц. Установить кулинарную форму на тарелку, наполнить ее на четверть нарезанной ветчиной. Добавить немного масла, перемешать.
2. Уложить сверху огурцы, на них – жареное яйцо.
3. Оформить верхний слой салата, красиво выложив полоски нарезанного перца.
4. При подаче разрезать салат посередине, чтобы желток вытек и сдобрил салат как соус.

# Салат с бастурмой

**Ингредиенты**

• *200 г бастурмы*
• *150 г огурцов*
• *150 г маринованных шампиньонов*
• *3 яйца*
• *100 мл майонеза*

**Подготовка продуктов**

1. Очистить бастурму от покрывающего ее слоя специй. Нарезать длинными брусочками.
2. Огурцы нарезать полосками, грибы – четвертинками.
3. Отварные яйца нарезать крупными кубиками.
4. Смешать майонез с частью специй от бастурмы, регулируя остроту по своему вкусу.

**Приготовление**

1. На дно прозрачного салатника или креманки положить нарезанные огурцы, добавить к ним немного соуса.
2. Второй слой салата – бастурма, за ней – нарезанные яйца, оба слоя сдобрить соусом.
3. Наверх выложить грибы и подать салат.

# «Джоджо»

**Ингредиенты**

- *250 г копченой ветчины*
- *150 г огурцов*
- *150 г корейской моркови*
- *150 г маринованных шампиньонов*
- *100 мл майонеза*

**Подготовка продуктов**

1. Нарезать полосками ветчину и огурцы.
2. Грибы нарезать пластинами вдоль.

**Приготовление**

1. Выложить в кулинарное кольцо слой нарезанной ветчины, добавить майонез.
2. Следующие слои – огурцы и морковь, также смазать майонезом.
3. Сформировать верхний слой салата, красиво уложив пластинки грибов.